Pani domu

Dwutygodnik. Organ Związku Pań Domu
i Instytutu Gospodarstwa Domowego

Czy przyjmować? Przepisy przyjęciowe. Przetwory. Jadłospisy. Bakterje na usługach gospodyni (kwaszenie kapusty i ogórków). O cebuli, czosnku i porach. Kronika Zw. Pań Domu. Moda. Śląskie koronki na polski strój panny młodej.



11

Cena 70 gr.

Rok IX **15-go października 1935 Nr. 11.**

Pani domu

dwutygodnik ilustrowany

poświęcony organizacji gospodarstwa domowego

TREŚĆ ZESZYTU:

Teresa Skorzewska

Czy przyjmować?

Wśród dławiącej materjalnej troski o jutro szereg ludzi z musu czyni cnotę i trudne położenie czyni jeszcze posępniejszem przez negatywne, defetystyczne ustosunkowanie się do życia. Jednym z przejawów bardzo niepożądanych takiej negacji życia jest zupełne zaniechanie w wielu środowiskach stosunków towarzyskich.

Człowiek z natury swojej nie jest samotnikiem. Współżycie z innymi, wymiana myśli należy do najgłębszych psychicznych konieczności. Pozbawienie tych możliwości szczególniej młodzieży jest fatalnym błędem, którego skutki w postaci chorobliwej nieśmiałości, braku wiary w siebie i umiejętności współdziałania z innymi, pesymizmu i neurastenji, wywierają hamujący wpływ na całe dalsze życie. To też ze stanowiska psychologicznego mniemanie, że szczególnie smutne i ciężkie okresy życia osobistego, czy społecznego należy niejako uświęcić odsunięciem się od ludzi — jest błędne i szkodliwe.

Przedewszystkiem co to jest towarzyska rozrywka? Czy pracowite spędzanie karnawału, goniąc z five'u na proszoną kolację, stamtąd na bal, by o szóstej lub siódmej rano fatalnie wyczerpanym wrócić do siebie i po paru godzinach snu zacząć to samo — przez szereg tygodni? Nie, i tego rodzaju tryb życia jest ciężką, źle skierowaną pracą, pod żadnym względem niedającą pozytywnych wyników.

W pojęciu rozrywki mieści się myśl wypoczynku po pracy, oderwanie się od trosk i trudów dnia codziennego, zaczerpnięcia odmiennych wrażeń, by z wznowionemi siłami, z sprężyściej działającym umysłem do swych zadań powrócić.

Śmiało z tego pojęcia możemy wyeliminować błędnie z niem związane tradycje obżarstwa i pijaństwa, a pozostawić tylko to, co jest istotne: miłe spędzenie kilku godzin w towarzystwie sympatycznych nam osób.

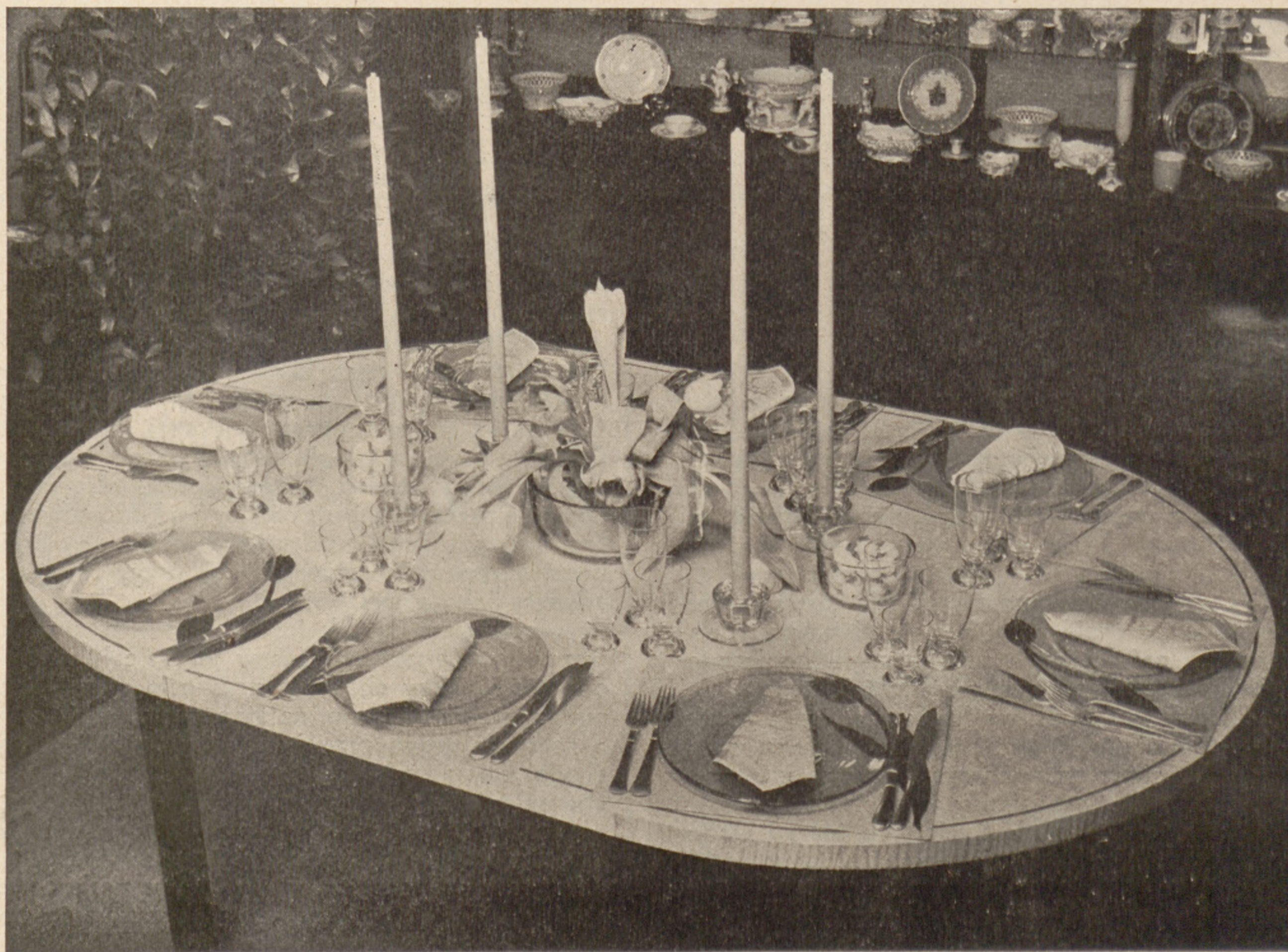
Aby zebranie towarzyskie było dla wszystkich, którzy w niem biorą udział, prawdziwą przyjemnością, do tego serce i takt pani domu przyczynią się w znacznie większej mierze, niż fałszywa ambicja przyjmowania ponad możność wystawnie. Każda z pań musi dbać, by przyjęcie nie przekraczało jej możności budżetowych, tem więcej jednak musi potrudzić się, aby brak kosztownych produktów nie był przez jej gości odczuty jako przykrość.

Jak wszędzie tak i tutaj powinna przedewszystkiem *myśleć*. Więc w jakim celu zaprasza gości? Czy chodzi o przyjęcie czysto formalne, wynikające np. ze stanowiska męża, czy o zebranie grona prawdziwych przyjaciół; czy chodzi o przedyskutowanie w towarzystwie kompetentnych osób interesujących nas specjalnie kwestyj, czy też o rozrywkę dla młodzieży.

Pierwszy typ zebrania będzie z konieczności trochę schematyczny, choć i tu pani domu serdeczna, ujmująca i naturalna potrafi z gośćmi swoimi nawiązać prawdziwy kontakt i uczynić ze swego przyjęcia coś więcej, niż sztywne, rytualne połykanie zakąsek. I tu będzie się starała przyjmować nie pana ministra lub innego dygnitarza, lecz — bez uchybiania ich stanowisku — ludzi, których jej miło poznać, bynajmniej nie wiążąc zainteresowania dla nich z myślą o ewentualnej korzyści. Strzec się będzie starania o wyłączne zabawianie jednych gości z krzywdą innych, chociażby stanowiskiem byli od tych pierwszych postawieni niżej. Serdecznym taktem może przyczynić się do tego, by goście jej nie czuli się dygnitarzami na różnych szczeblach hierarchji, ale ludźmi, mającymi możność zbliżyć się i osobiście poznać, co dla dobra wspólnej pracy może mieć najlepsze wyniki.

Podczas gdy w tego rodzaju przyjęciach jest się nieco związanym protokułem — można całą duszą od jego skrępowań odpocząć, przyjmując

ludzi prawdziwie nam bliskich i drogich. Tu jeden tylko nakaz obowiązuje: by im było u nas miło i dobrze. We Francji przyjmuje się przyjaciół zazwyczaj w bardzo małem gronie. Pani domu znająca ich dobrze wie, że niektórzy z nich mają wiele wspólnego, że zapoznanie ich wzajemne może być dla nich prawdziwą radością, więc chętnie ich zaprasza na wspólną kolację lub spędzenie razem wieczoru; umie natomiast taktownie unikać zetknięcia ludzi o usposobieniach tak różnych, że drażniliby się nawzajem. Jedną więc z podstaw udanego przyjęcia jest odpowiedni dobór towarzystwa na podstawie wiska. Osamotnionej kobiecie możemy ułatwić stworzenie ogniska rodzinnego, zbliżyć z sobą ludzi, mających dane do współpracy na terenie zawodowym lub społecznym i wiele tego rodzaju przysług świadczyć, oczywiście nie przez niedyskretne narzucanie ludziom jakichś planów, które mogą im nie odpowiadać, lecz przez mądrą, cichą kobiecą intuicję, która umie wnikać w dusze i potrzeby innych: szukającym, młodszym i słabszym lub zdezorjentowanym, czy wykolejonym, być niepostrzeżenie pomocą, oparciem i drogowskazem. Tego rodzaju pojęcie życia towarzyskiego jest może niemniej ważne, niż



Nakrycie stołu z konkursu zorganizowanego przez Nordiska Kampaniet w Sztokholmie. Blat stołu koloru drzewa brzozowego — jasno żółty. Talerze, waza z kwiatami ze szkła zielonego. Serwety pod talerzami płócienne jasno zielone z wymalowanym ciemnym tulipanem. Serwety na talerzach jasno zielone adamaszkowe. Kieliszki i wazy boczne ze szkła żółtawego. Żółte tulipany wykańczają całość.

sympatyj, które mądra kobieta zazwyczaj potrafi przewidzieć.

Możemy też — i to jest jeden z poważnych celów życia towarzyskiego, któremu warto dużo myśli i trudu poświęcić — wyświadczać dużo dobrego przez zaznajamianie ze sobą ludzi bliskich dążeniami i zainteresowaniami. Przez trochę poważniejsze i mniej powierzchowne traktowanie życia towarzyskiego można młodemu człowiekowi kończącemu studja, którego sumienność i pracowitość nas zainteresowała, poznając go z przyjacielem naszym, specjalistą w danym fachu, ułatwić znalezienie zawodowego stanooddawanie się na niezliczonych zebraniach i wiecach pracy społecznej. Często bowiem owa praca „*dla społeczności*" równa się dezercji z domu, zaniedbaniu myśli o *jednostce ludzkiej*.

Przed laty słyszałam prześliczny wykład K. H. Rostworowskiego o tak właśnie — jako placówce myśli pomocnej bliźnim — pojętym salonie. Choć stosunki ekonomiczne zmuszają nas do usunięcia z mieszkań salonu w materjalnem pojęciu, niechże nasz „pokój mieszkalny" jak najszerzej pozostaje ludziom otwarty. Niech serce i umysł kobiety nie zacieśnia się w radości własnego domowego ogniska, lecz umie objąć

szczególnie tych wszystkich, którzy w trudzie i walce życiowej są go pozbawieni, niech i w stosunku do nich potrafi realizować naszą zasadę: „Świeć i grzej".

Czyż potrzeba nadmieniać, że w tak pojętym „salonie" nie może być miejsca dla tego, co jakże często jest życia towarzyskiego jedyną treścią: dla plotek, dla powierzchownych, a z reguły nieżyczliwych sądów o ludziach, dla zabawiania się kosztem innych. Niema chyba terenu, na którymbyśmy tak nieustannie, bezkrytycznie nie grzeszyły, jak niepowściągliwość języka. Dowcip w towarzystwie zazwyczaj występuje w formie złośliwości, interesująca konwersacja musi mieć jako temat puszczenie w kurs z odpowiednimi warjantami najnowszego towarzyskiego skandalu, pycha nasza ukrywa się pod płaszczem oburzonej krytyki postępków naszych bliźnich. O ogólnie uprawianej niedyskrecji lepiej nie wspominać. Lecz jeśli chcemy, by dom nasz swemi towarzyskiemi stosunkami służył naprawdę celom pozytywnym i dobrym, z całą stanowczością, od siebie samej zaczynając, musi pani domu pracować nad radykalnem wyrugowaniem z konwersacji wyżej wymienionych tematów. i musi przemyśleć tę podstawowo ważną sprawę, że żaden błąd tego rodzaju nie jest „drobiazgiem bez znaczenia". Słowo, najistotniejszy środek porozumienia między ludźmi, jest mieczem obosiecznym, mogącym służyć dobru lub złu, lecz nigdy nie jest obojętne i nie może być lekceważone. Każde dobre lub złe słowo o bliźnim rzucone staje się dla niego siłą pomocną lub poważną przeszkodą, o którą los jego załamać się może. Praktykujmy więc kult słowa pozytywnego twórczego, a strzeżmy się nieopatrznej krytyki bliźnich naszych, pomne w każdym z domów naszych na Boską przestrogę: „Nie sądźcie, a nie będziecie sądzeni".



Wieczorowa suknia z czarnej tafty w groszki. Plisowanie, marszczenie, zakładki są bardzo modne.

Bardzo ważnym obowiązkiem rodziców jest ułatwianie stosunków towarzyskich ich dzieci. Już od dzieciństwa przyjaciele szkolni, nauczyciele powinni być w domu mile widzianymi gośćmi. Bardzo mało pojęcia o życiu wewnętrznem swego dziecka będzie miała ta matka, którą nie interesują sympatje, pociągające jej dzieci do tych lub owych ludzi, wpływy, jakim w szkole ulega i których jakość tylko przez osobiste zaznajomienie się z danemi osobami sprawdzić możemy. W wieku szkolnym zawiązuje się najlepsze, nieraz całe życie trwające przyjaźnie, zasługujące na to, by je ułatwić i pielęgnować. Niczem nie można sobie dziecka tak zrazić, jak brakiem gościnności dla jego kolegów. A przedewszystkiem od tej możności swobodnego przyjmowania przyjaciół zależy w wysokiej mierze cały stosunek dziecka do domu. Tam gdzie rodzice albo wcale nie przyjmują, albo narzucają dzieciom wyłącznie towarzystwo ludzi, którzy im nie odpowiadają, dziecko coraz nieszczęśliwsze, coraz więcej obco w domu się czuje. Jakże często, zazdrosne o nasze stanowisko pani domu, koniecznie same i na własny sposób chcemy przyjmować gości naszych dzieci. Lecz córka nasza ma te same instynkty gościnności — pozwólmyż jej w stosunku do przyjaciół odgrywać rolę gospodyni: całe młode towarzystwo tysiąc razy swobodniejszem i weselszem czuć się będzie. A matka, która potrafi w nie wkroczyć nie jako „władza" i „pani", lecz jako starszy gość i przyjaciel zjedna sobie sympatję i zaufanie młodych, tysiąckroć cenniejsze w stosunku z dorosłemi dziećmi, niż formalna czołobitność.



Popołudniowa suknia wełniana, rękawy długości trzy-czwarte, miękkie udrapowanie przy wycięciu. Na wizyty długie rękawiczki, kołnierz z lisa i kapelusz filcowy.
Na okładce niniejszego zeszytu podajemy najmodniejszy fason wykwintnego kapelusza z czarnego weluru.

GRUNTOWNE PORZĄDKI

Przez całe lato mieszkanie spało spokojnie. Drzemały meble okryte pokrowcami i dywany zwinięte i przełożone papierami nasyconemi terpentyną. Okna dokładnie odarte z wszelkich zasłon świadczyły o troskliwości o los firanek, a każda szafa pachniała innym specyfikiem przeciwko molom. Trwało tak aż do września. Z chwilą powrotu rodziny z letniska kwestja zdjęcia pokrowców i rozłożenia dywanów weszła na porządek dzienny każdego niemal obiadu. Pani domu oznajmiła kategorycznie, że nie można nic ruszyć, dopóki się nie zrobi gruntownych porządków. Były one naznaczane i odkładane już kilka razy, bo tak się źle składało, że akurat tego dnia rano deszcz padał i ustał jak na złość po jedenastej, a na drugi dzień znów dozorca nie miał czasu trzepać i tak ciągle. Ale właśnie nastąpiło parę dni pogodnych, więc porządki zostały nieodwołalnie naznaczone na poniedziałek.

W nocy z niedzieli jakiś nieoczekiwany niż „nasunał się na Polskę" według określenia Pima i w poniedziałek wiał szalony wicher, chwilami padał deszcz, a temperatura spadła o kilka stopni. Pomimo to jednak zapowiedziane porządki rozpoczęły się o bardzo wczesnej godzinie. Służąca Marysia i zmobilizowani do pomocy praczka Józefa i dozorca Jan zabrali się do dzieła z zapałem i wprawą. Po dwóch godzinach ani jeden przedmiot nie stał na swojem miejscu, wszystkie okna były na przestrzał otwarte wytwarzając lodowaty przeciąg, a meble zostały wyniesione na podwórze. Ponieważ i inni mieszkańcy kamienicy dbali o czystość i estetykę wnętrz, więc czerwona kanapa z pierwszego piętra spotkała się z zielonemi pluszowemi fotelami z parteru i w harmonijnej zgodzie oczekiwały razem na wynik niezupełnie pokojowej konferencji, której prezydował Jan, a w której brały udział wszystkie służące z całego domu. Konferencja ta mająca ustalić kolejność trzepania trwała dość długo. A w opustoszałem mieszkaniu szalała burza: pani domu we własnej osobie doglądała odkurzania obrazów i mycia drogocennej porcelany, w jednym pokoju huczał elektrolux, w drugim praczka Józefa myła zawzięcie okna oświadczając przytem, że za nic na świecie nie włoży pasa ochronego, bo to przeszkadza w robocie. Powrót Stasia ze szkoły przypomniał, że jednak trzeba zjeść obiad. Tak, ale gdzie i jak, kiedy stół w jadalnym pokoju założony jest obrazami i porcelaną? Pan domu wrócił z biura i błąkał się po mieszkaniu z miną nieszczęśliwca, coraz to podłażąc pod inną szczotkę czy ścierkę. Wreszcie trzasnął drzwiami i wyszedł na miasto. Naturalnie: mężczyzna!

Zamieszanie trwało dwa dni. Bilans ogólny przedstawia się następująco: pana domu zawiało i praczka Józefa porzuciwszy robotę musiała latać po balsam bengalski. Pani domu dostała silnej migreny i służąca Marysia o dziesiątej wieczór chodziła do apteki po kogutka. Staś, korzystając z zamętu, nie odrobił lekcji i złapał dwójkę z polskiego (druga z rzędu). Marysia poślizgnęła się na obficie wysmarowanej pastą podłodze i nabiła sobie guza. Elektrolux się popsuł, skutkiem czego nastąpiło krótkie spięcie, przepalenie korków i ciemności w całem mieszkaniu. Stłukła się filiżanka od garnituru prababki, odłamała noga od antycznego stoliczka, a wiekowa kanapa nie wytrzymała ręki dozorcy i pękła na samym środku.

Gruntowne porządki zostały szczęśliwie zakończone.

R. G.

GAZY W BIAŁEJ KUCHNI

Zamiast zagraconej, ciemnej kuchni wchodzą w życie białe, schludne, lakierowane laboratorja: meble gładkie bez ozdób, szkło, porcelana, kafle, emalja. Zdobywa się na to, kto tylko może, powoli przekształcając mieszkanie na łatwe do sprzątnięcia i rozplanowane w sposób racjonalny. Przekształcenie to zwykle rozpoczyna się od kuchni, gdzie się najwięcej pracuje fizycznie i która najłatwiej się brudzi, a powinna być najczystsza.

Ta racjonalność mieszkania, prócz higjeny i ekonomji pracy znajduje obecnie jeszcze jedno, b. ważne uzasadnienie, a mianowicie w wypadku, gdyby doszło do wojny lotniczo-gazowej. Ataki lotnicze mają wywołać dezorganizację: zgnębienie ludności i unieruchomienie wszystkich ośrodków życia wewnątrz kraju jest ich celem. Im później po ataku życie ludności wraca do normalnego biegu, tem większe załamanie psychiczne ludności, tem większy jest zysk atakującego wroga. Organizacja obrony przeciwlotniczo-gazowej ludności cywilnej nietylko ma chronić przed szkodami, ale też i likwidować jak najszybciej skutki napadu, skracać do minimum godziny nienormalnego, wytrąconego z równowagi życia społeczeństwa. Po ukończonym ataku wszystko jak najszybciej musi wrócić do normy.

Dom prywatny znajdujący się w ośrodku zagrożonym, musi też tak być urządzony, ażeby odkażanie go było możliwie łatwe i szybkie. Odkażanie z gazów lotnych polega na trzepaniu i wietrzeniu, zaś z gazów ciekłych (jak iperyt) na zmywaniu szarem mydłem, przyczem tkaniny muszą być oddawane do odkażenia. Nowoczesne gładkie meble łatwiej będzie odkażać, niż pluszowe kanapy. Proste pokoje z niewielką ilością racjonalnych mebli łatwiejsze są do wywietrzenia, od nadzianych stoliczkami, słupkami, serwantkami i dywanami mieszkań starego typu.

Kuchnia jest najniebezpieczniejszem miejscem w czasie ataków lotniczych — przez potrawy w niej przyrządzone może długo jeszcze po napadzie gazowym nastąpić ciężkie zatrucie organizmu. Kuchnia najstaranniej też musi być odkażona i dlatego powinna być do odkażania najłatwiejsza. Kafle, lakier, szkło, porcelana, które się dają zmyć łatwo, są materjałem w niej najodpowiedniejszym.

Kuchnia przywodzi na myśl zapasy żywności, które w czasie wojny będą się znajdowały w każdym domu. Żywność skażona musi ulec zniszczeniu. A będzie to wielkiem marnotrawstwem w ciężkich warunkach aprowizacyjnych. Jako ratunek przed skażeniem żywności przychodzą na myśl niemieckie kuchnie, gdzie na półkach stoją rządkiem puszki emaljowane z rozczulającemi napisami, począwszy od „Grüss Dich Gott", aż do „Zucker", czy „Saltz". Takie łatwo zmywające się, szczelne puszki, ochronią doskonale żywność od skażenia gazem trującym. Mąka, kasze, tłuszcze, chleby, mogą być w nich przechowane i użyte po zewnętrznem, starannem obmyciu puszek. Z butelek, po obmyciu i zmianie korka, ze słoików hermetycznych Wecka, skrzynek żelaznych, czy blaszanych, beczułek, pudeł, o ile są idealnie szczelne i umyte, można użyć żywność do jedzenia, mimo, że atak gazowy przeszedł przez kuchnię czy spiżarnię.

Nie są to ani nadzwyczajne wymagania, ani sposoby trudne do przeprowadzenia. Jest to tylko, zupełnie zgodne ze wszystkiemi gospodarskiemi wskazaniami, uporządkowanie kuchni i spiżarni.

Kiedy spojrzymy na mąkę w otwartym słoju, na masło w „papierku" przypomnijmy sobie gazy trujące i tych parę słów o porządku i ostrożności w kuchni.

A. Solska

Szczegółowych wiadomości, jak postępować w domu i na ulicy w czasie ataku lotniczo-gazowego — nabędą Panie na kursach, organizowanych przez Koła Kobiece L. O. P. P. w miastach i miasteczkach.

Zapisujcie się na Kursy Obrony Przeciwlotniczo-gazowej!



Suknia bronzowo-zielona z wełny samodziałowej. Płaszcz z wełny bronzowej ręcznej roboty na drutach — w obecnym sezonie bardzo modny.



Spójrzmy na Beskid Śląski

„Dawniej była swoboda", „swobodziczka" i „żywobycie inne", mówią z westchnieniem górale. Na szałasach wypasało się bydło, po groniach widać było stada białych, lub brunatnych owieczek, szczypiących słodką trawę, a góral śmigał po wierchach wolny, jak ptak, lub przepadał z toporem w mrokach jodłowych, jak ten zbójnik beskidzki, Ondraszek. I szedł zew wolności gór tchnieniem szerokiem, czasem zahuczał w pieśni trąby szałaśniczej i zlał się z dudnieniem górskiego potoku, to zaśpiewał słodko w fujarce, to przemówił, jak gajda prawdziwym wichrem szczytów i zakwilił tęsknotą serdeczną pieśni góralskiej:

Szumi dolina, szumi groń,
Pasie tam owce miły mój,
O niechże pasie, gdy je mo,
Niech go tam Pon Bóg pożegno.

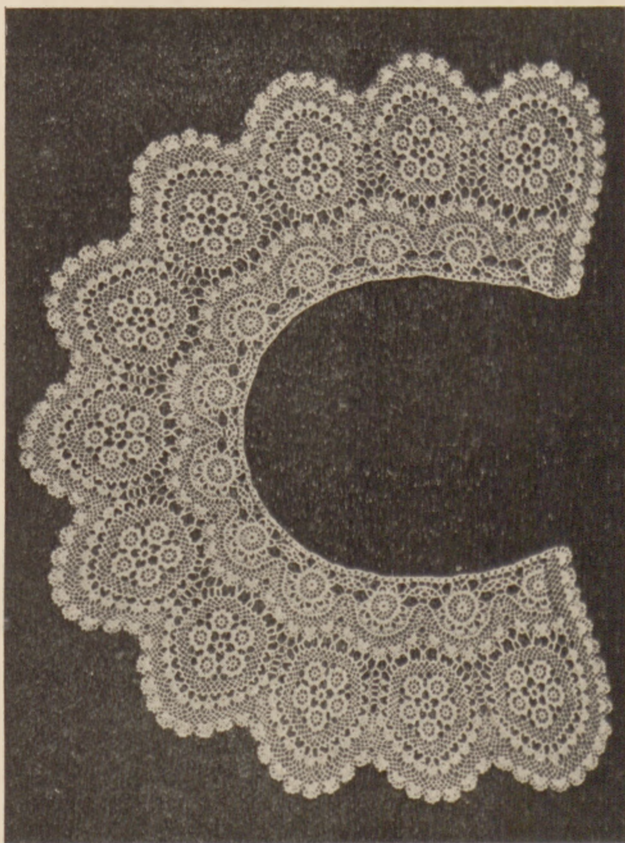
A świat tam w górach jest inny, piękniejszy. Wiedzą o tem ludzie z dolin, to też pną się po zboczach coraz wyżej, śnieżną biel śniegu znaczą liljowemi cieniami nart, stają zadumani nad srebrzystem zwierciadłem Olzy, by dojrzeć odbicie górskiej tajemnicy piękna. Piękno gór beskidzkich trwa niezmiennie i trwać będzie, lecz i tam przyszedł gość z dolin — bieda.

Stary zabobon góralski mówi, że bieda zawsze była, usłyszeć jej głos można, bo piszczy w polanach drzewa, gdy płonie ogień, w garnkach skwierczy, gdy gaździna gotuje strawę; ale teraz zrobiła się zuchwalsza, ona bieda. Widać ją w nędznych pólkach, gdzie „uroda" coraz marniejsza i tylko owies mizernie wschodzi i gniją „ziemnioki". Widać w stroju góralskim, który zamiast dawnej barwności staje się ciemny, miejski. Jeszcze teraz w niektórych wsiach Beskidu Śląskiego, jak w Istebnej, Jaworzynce, Koniakowie, zachował się ten strój malowniczy, lecz i tam do tego polskiego Tybetu, jak go nazwał artysta malarz Wałach, dociera bezlitosna dla piękna cywilizacja.

Wygnać ją, tę biedę nielitościwą, dać dzieciom chleba, gdy płaczą z głodu, obuć, gdy bosemi stopami biegną po śniegu, dać ciepłą odzież, gdy pędzą w zawieję śnieżną po naukę do szkoły — postanowiła kobieta góralka i górnoślązaczka. Zasiada do pracy w nędznej izbie, przy migotliwem świetle tkwi pochylona dzień i noc nad koronką.

Zwiewna nić, posłusznie zmienia się w gwiazdeczki śnieżne, na tle pajęczem, to znów kręci się wirem, jak woda w potoku, to rozkwita listeczkami wiosennego pąkowia, to ułoży się pięknym kwiatem rozkwitłej róży lub maku na misternem tle. Żmudna to praca, wymagająca artyzmu, wielkiej zręczności i cierpliwości, a zarobek mały. A przecież są to cuda pracowitości, niestety u nas bardzo mało znane i rozpowszechnione. Każda polska kobieta powinna wiedzieć, jak żyje i pracuje jej siostra, czy to wielka uczona, czy wielka artystka, czy też skromna ślązaczka pod wiejską strzechą, lub też góralka gdzieś hen na szczycie, w nędznej chatce, wśród zawiei śnieżnej i wycia wiatru halnego. Hart wrodzony ma w duszy ślązaczka. Spójrzmy na nią i na jej robotę, może wtedy niejedna ręka kobieca wyciągnie się po zwoje śnieżnych koronek, a artysta pomyśli, jak ją kobieta polska ma nosić.

Spójrzcie i niech wasza wyobraźnia artystyczna wyczaruje wam obraz panny młodej. Na głowie ma koronkę przejrzystą, nisko miękko upiętą nad czołem, jak koronka na czole ślązaczki, zwojami śnieżnemi jak zawieją gwiazdek otulona głowa, styłu koronka opadająca miękko, lub związana modą śląską „na rożki". Postać cała otulona iluzją, u dołu układającą się wachlarzami koronek. Suknia przy szyi i rękawach ozbiobiona pięknemi



Kołnierz—pelerynka spadający z ramion, z mankietami. Komplet bardzo efektowny, szczególnie przy obecnej modzie welwetów. Kupiony w Głębcach w sklepie p. Macurowej, wraz z przysłaniem kosztował zł. 14.—

wstawieniami z koronki, odbija ciepłą różowością skóry. Warjantów, może być wiele i coraz piękniejszych.

Ależ koronki śląskie nie są modne, powie niejedna z pań, nie lansuje ich Paryż! Odpowiedzieć możemy prosto: „stać nas na własną modę, opartą na własnych motywach ludowych", lub dla uspokojenia przewrażliwionych sumień, słowami króla mody paryskiej Poiret: „Kobieta powinna się starać o indywidualizm; dlaczego każda usiłuje być taka jak inna? Niech stworzy swój własny styl". Jeśli więc nie za własnym podszeptem, to idźmy za głosem tego władcy mody, stwórzmy swój polski styl, i rzućmy wyzwanie polskim artystom: „Obmyślcie nam polski strój panny młodej, bo stać nas na to, by zadziwić świat".

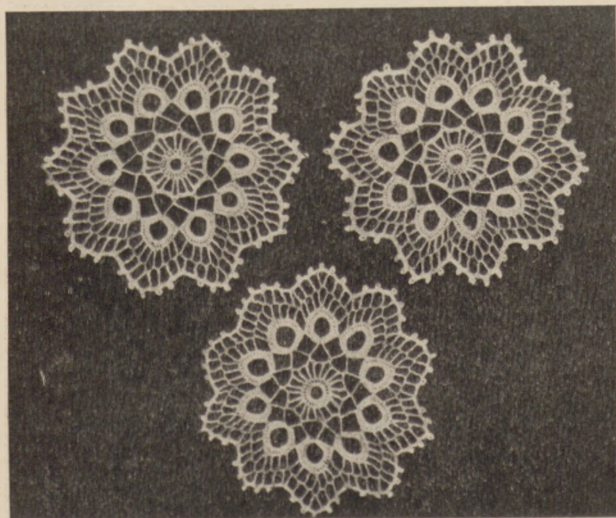
A teraz, przepraszając czytelników, przytaczam w dosłownem brzmieniu przysłowie góralskie: „Co głupiemu po koronkach, kiedy powiada, że to same dziury". Trudno słowami opisać, jak koronka taka wygląda, ma ona swój swoisty charakter zarówno w wykonaniu, jak i w motywach. Jest to koronka robiona szydełkiem, nicią białą lub kremową. Z tych nici robią koronkowe czepeczki, obciskające czoło i skronie, noszone zarówno przez mężatki góralki Beskidu Śląskiego, jak i mężatki Górnoślązaczki, noszące strój t. zw. „wałaski". Czepeczki takie, tylko białe, są dopełnieniem bardzo pięknego stroju ludowego jak mówią tam „narodowego". Miejscowe hafciarki robią koronki na metry, serwetki różnych rozmiarów, zwane przez nie „kołami", lub „różyczkami", kołnierze zwane przez nie „krąglami", wstawki do bielizny i t. p. Robota po wykonaniu jest nieco podkrochmalona i jak tam mówią „namodrzona", czyli podfarbkowana. Zapytane, skąd czerpią wzory, hafciarki uśmiechają się lekko i mówią: „z głowy robiemy", a deseni jest moc przeróżna, a więc: gwiazdkowe, listeczkowe pełne i puste, pawie ogonki, pajęczynowe, częsty motyw róży, t. zw. wiatraczków, migdałków pełnych i pustych, ubijanych koluszek i t. p. Obrobienie tych koronek jest różne. Najcześciej spotykane to zwykłe ząbkowe lub szyszkowe, truskawkowe, winogronowe i makowe, z warjantami zależnie od chęci, zdolności i zamówienia. Orjentują się w deseniach szalenie szybko, znają ich nazwy, magiczne słowa: „5 gwiazdeczków, potem ubijane koluszka na 9, wiecie o jakie chodzi". „No tyż dobrze" — odpowiadają. Żródłem tych koronek białych i kremowych, zaopatrujących Wisłę i Głębce, jest wieś „Koniaków", najwyżej położona wieś w Beskidzie Śląskim, początkami sięgająca XV wieku. Okazy tych koronek widziałam na miejscu, oraz w Głębcach w sklepie pani Macurowej.



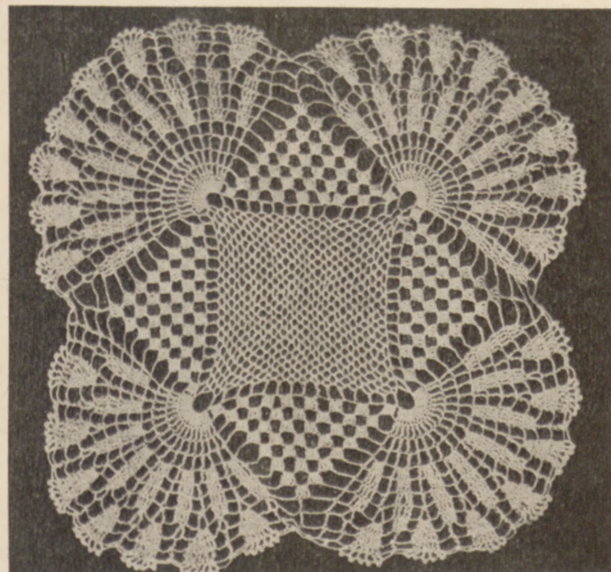
Mankiet od kompletu, rozmiarem i kształtem nadawałby się do przybrania głowy przy stroju ślubnym.

Inny typ koronek, zarówno w wykonaniu jak w deseniu, to koronki ustrońskie, w kolorze płótna, robione nićmi D.M.C., uważane przez znawców za bardzo piękne, o deseniach różnorodnych a więc: kuleczkowatych, stylizowanych maków, czterolistnej koniczyny i t. p., bardzo delikatne, zupełnie odmienne w charakterze od wymienionych poprzednio. Nadawałyby się do przybrania sukien jedwabnych oraz bielizny. Zarówno jeden i drugi typ koronki nadaje się, by z nich powstał swoisty strój polskiej panny młodej, gdyż mają one dwie wielkie zalety: są bardzo piękne i bardzo tanie.

Zofja Lipkowska.



Serwetki małe pod talerzyki do konfitur mogłyby być wykorzystane również jako wstawki do bielizny damskiej oraz stołowej.



Serwetki pod nakrycie do herbaty o bardzo delikatnym deseniu, 6 sztuk kosztowało zł. 4 gr. 80, umiejętne ułożenie 2-ch serwetek tworzy śliczny lekki żabot.

Bakterje na usługach gospodyni

FERMENTACJA MLEKOWA.

Przeglądając witryny księgarni, czy też przerzucając dzienniki codzienne, widzimy artykuły a nawet dzieła całe, które pozwalają nam zapoznać się z najnowszemi zdobyczami wiedzy. Kończą się czasy rozdziału między życiem codziennem a nauką. Żyjemy w szczęśliwszej epoce — wolno nam myśleć, zastanawiać się i badać, nauka odrzuciła nimb tajemniczości, zeszła do szerokich mas.

Miejmy nadzieję, że nie powrócą czasy, ani starożytnych Egipcjan, wśród których jedynie kapłani byli wtajemniczeni, ani czasy średniowiecza, gdzie nauka kryła się w klasztorach i w pracowniach alchemików. Dziś nauka łączy się ściśle z życiem, stara się je rozjaśnić, a drobne nawet wynalazki potrafią nam je ułatwić.

W cyklu artykułów chcę przejść do świata mikroskopowego, a więc bakteryj, drożdżaków i t. p. i wykazać, że niejednokrotnie te drobne organizmy decydują o losach człowieka. Z wszystkich stron otaczają nas mikroorganizmy, zarówno dla nas pożyteczne jak i szkodliwe, o obecności których w większości wypadków bardzo mało osób zdaje sobie sprawę.

Ogół pod mianem bakterji rozumie drobny twór, który pośrednio lub bezpośrednio przynosi szkodę człowiekowi, otaczającym go zwierzętom i roślinom. Ale poza mikroorganizmami szkodliwemi, a więc takiemi, które mogą wywołać epidemje, epizootje, zniszczenie zbóż czy też lasów, mamy cały szereg organizmów, bez obecności których życie nasze byłoby niemożliwe. W artykule tym nie możemy szczegółowo omawiać zabiegów gospodarczych, chcemy tylko zwrócić uwagę na codzienne zetknięcie się nasze z pracą mikroorganizmów, która należycie wykorzystana lub wstrzymana, może nam przynieść znaczne korzyści.

Przypatrzmy się nieco tym drobnym organizmom. Bakterje, rozmnażając się na różnych podłożach, wywołują zmiany, które są wynikiem ich procesów życiowych. Bakterje rosną i rozmnażają się bardzo prędko, muszą więc posiadać dużą sprawność w przyswajaniu ciał odżywczych z podłoża. Większość tych ciał odżywczych, pobranych przez komórkę, ulega rozkładowi. Głęboki rozkład organicznych ciał odżywczych widzimy w różnych fermentacjach jak mlekowej, masłowej i alkoholowej. W fermentacji mlekowej, którą dzisiaj szerzej omówimy, kwas mlekowy powstaje przedewszystkiem z rozkładu cukrów.

Kupując na targu ***kiszone ogórki czy też kapustę***, zastanawiamy się nad tem, dlaczego raz produkt przez nas kupiony jest wyjątkowo smaczny i aromatyczny, innym zaś razem gorzki, o nieprzyjemnym zapachu i wyglądzie. Proces kiszenia odbywa się dzięki rozwijaniu się bakteryj kwasu mlekowego, które w odpowiednich warunkach rozszczepiają cukry na kwas mlekowy.

Wzór schematyczny: cukier gronowy = kwas mlekowy

$$C_6H_{12}O_6 = 2\ CH_3\ CHOH\ COOH$$

Na jarzynach użytych do kiszenia siedzą całe masy bakteryj, to też o ile pozwolimy na samorzutną fermentację, wartość otrzymanych kiszonek będzie zależała od tego, czy bakterje fermentacji mlekowej były w przewadze, a tem samem dały nam konserwy zdrowe, o przyjemnym zapachu i smaku. (Najlepiej byłoby zaszczepić czyste kultury odpowiednich bakteryj, a więc t. zw. laseczkę kwaszenia kapusty (Bact. brassicae) i Bact. acidi lactici Hüppe).

Kiszenie ogórków.

Ponieważ dobry przebieg fermentacji poza obecnością odpowiednich bakteryj zależy jeszcze od ilości cukru, zawartego w ogórkach, a im większy ogórek tem więcej cukru zawiera, nie należy brać do kwaszenia zbyt drobnych ogórków. Do ***niewielkich*** beczułek najlepiej dębowych, starannie wymytych, układamy zdrowe, bez plam, zielone i świeże ogórki, starannie uprzednio wymyte w czystej *zimnej* wodzie. Na spód beczułki dajemy t. zw. dodatki aromatyczne, a więc liście dębowe, wiśniowe, winorośli i koper; niektórzy dają prócz tego chrzan, pieprz, czosnek lub strączki papryki.

Układając ogórki *ściśle* obok siebie, przekładamy je od czasu do czasu wyżej podanemi dodatkami. O ile chcemy przyspieszyć fermentację (ogórki kwaszone *nie* na zimę), to przycinamy im końce. Na ostatnią warstwę ogórków kładziemy liście i koper, beczkę zabijamy *szczelnie* denkiem, a przez otwór (szpunt) wlewamy roztwór soli. Musimy pamiętać o tem, że fermentacja ta przebiega *dobrze tylko w warunkach beztlenowych*, dlatego roztwór soli należy wlewać wolno i z przerwami, by całkowicie usunąć z beczułki powietrze. Woda użyta musi być przegotowana i *wystudzona*, przyczem na 1 litr wody dajemy 30,3—35 g soli kuchennej. Jeżeli zalejemy ogórki wrzącą wodą, to otrzymamy tylko wtedy dobre wyniki, o ile sami zaszczepimy je czystą kulturą bakteryj. (Pod wpływem wrzącej wody bakterje fermentacji mlekowej, znajdujące się na ogórkach, zostają zabite). Beczułkę szczelnie zamkniętą wstawiamy do piwnicy — po upływie 2 tyg. ogórki są już ukwaszone. Ponieważ po otwarciu beczułki, ogórki łatwo się psują i pod wpływem dostępu powietrza miękną, kwaśnieją, tracą na aromacie i smaku, dlatego należy kisić w małych ilościach 2—3 kop. Mimo że ogórek jest jarzyną bardzo wodnistą (po odjęciu łupiny zawiera około 2,4% substancji suchej), a więc o małej wartości odżywczej, ma jednak w gospodarstwie naszem duże znaczenie jako źródło witamin i związków mineralnych.

Kiszenie kapusty.

Podobne procesy fermentacyjne zachodzą w czasie kwaszenia kapusty, tylko prócz kwasu mlekowego powstaje tam jeszcze dwutlenek węgla, wodór, metan i alkohol, który w połączeniu z kwasami daje estry, nadające częściowo kiszonej kapuście jej charakterystyczny zapach [1]. Głównym warunkiem otrzymania dobrej kapusty, poza wyborem zdrowego produktu, jest przestrzeganie czystości, to też do kwaszenia przystępujemy z całą starannością. Kapustę oczyszczamy starannie z wierzchnich liści, wycinamy twarde części głąbika, a następnie drobno ją szatkujemy. Poszatkowaną kapustą napełnić czyste beczki, przesypując ją solą w stosunku 5%, a więc 5 g soli na 100 g kapusty. Jako przypraw możemy użyć nasion kminku lub kopru, niektórzy prócz tego dodają marchew, pieprz, liście bobkowe lub kawałki kwaśnych jabłek.

W ten sposób ułożoną kapustę należy bardzo silnie ubić, a następnie przykryć ją czystem denkiem i obciążyć czysto wymytemi kamieniami (niewapiennemi!). Trzymać w temperaturze 15°—18°C. Pod wpływem mechanicznego ugniatania i soli, sok z kapusty zostaje częściowo wyciśnięty i zbiera się nad denkiem, tworząc dla całej masy względnie *beztlenowe* warunki. Burzliwa fermentacja zaczyna się już po 24 godzinach i trwa do 2-ch tygodni. Na powierzchni płynu zwykle tworzy się powłoka z t. zw. grzybów niedoskonałych, jak Mycoderma i Oidium lactis. Po upływie 2—3 dni, w celu dania ujścia wytwarzającym się w czasie fermentacji gazom, przebijamy aż do dna kapustę w kilku miejscach i pozostawiamy ją na przeciąg 24 godzin bez przykrycia.

Następnie przykrywamy ją, obciążamy kamieniem, a po ukończonej fermentacji przenosimy do piwnicy, gdyż pozostawiona w wyższej ciepłocie łatwo się psuje. O ile zauważymy, że ilość sosu, którego kapusta winna zawierać około 10%, jest zamała, brakujący sos dopełniamy przez dolanie przegotowanej i *przestudzonej wody*, w której rozpuściliśmy sól kuchenną w stosunku 6%. Kapusta w beczce zawsze musi być przykryta i obciążona (warunki beztlenowe) i pokryta sosem, prócz tego w czasie brania kapusty należy zachować bezwzględną czystość [2])

Bardzo dobrą kapustę otrzymamy, dodając do niej 1% soli i szczepiąc ją czystemi kulturami. W ten sposób przygotowaną kapustę pozostawiamy w ciągu 3—5 dni w temperaturze 30°C, następnie dodajemy do niej w celu wywołania fermentacji alkoholowej 1% drożdżaków winnych rasy Champagne i 0,5% objętościowo cukru. Po upływie 2—4 dni (w temp. 30°C), kapustę gotową już do użytku wynosimy do piwnicy.

W okresie zimowym kapusta kiszona stanowi dzięki zawartości witaminy C środek przeciwko szkorbutowi (gnilcowi). Ma to szczególne znaczenie w odżywianiu wojska i marynarzy.

Dla uzupełnienia dodam, iż fermentacją mlekową posługujemy się przy przygotowywaniu kiszonek jako paszy dla bydła, barszczu i kwasu chlebowego (w tych ostatnich równolegle występuje i fermentacja alkoholowa).

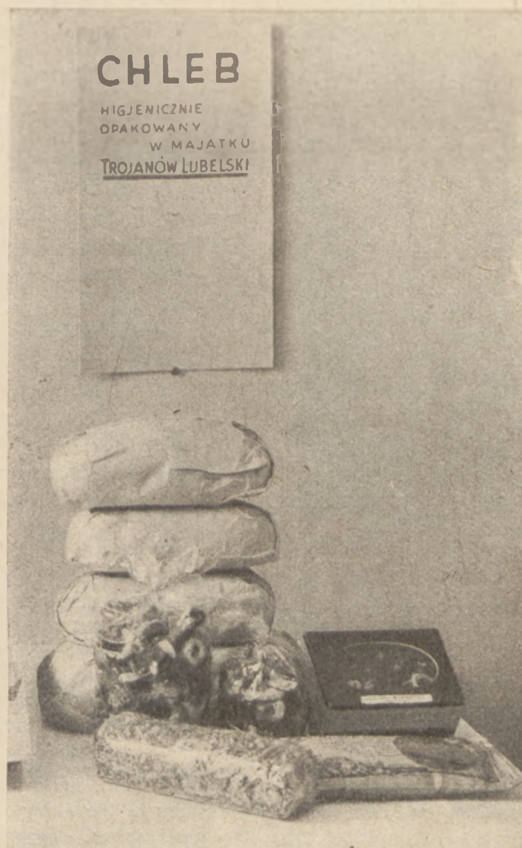
Kapusta kwaszona zawiera witaminy A, B i C, przyczem C w dużej ilości.

A — witamina wzrostowa,
B — witamina antyneurotyczna — reguluje przemianę materji nerwowej (brak jej wywołuje chorobę beri-beri),
C — witamina przeciwszkorbutowa,
D — reguluje stosunek wapna do kwasu fosforowego, brak jej wywołuje rachityzm,
E — ma wpływ na zdolność rozrodczą organizmu.

Dr. J. M.

[1]) Estry są to ciecze bezbarwne, lżejsze od wody, o odczynie obojętnym, posiadające silny aromat. Estry przygotowane fabrycznie noszą nazwę esencji owocowych: np. ester etylowy kwasu masłowego posiada zapach ananasu.

[2]) Kapusta winna być przykryta czystą białą szmatką, następnie drewnianem denkiem, które obciążamy kamieniem. Po każdorazowem wybieraniu z beczki kwaszonej kapusty szmatkę należy przeprać.



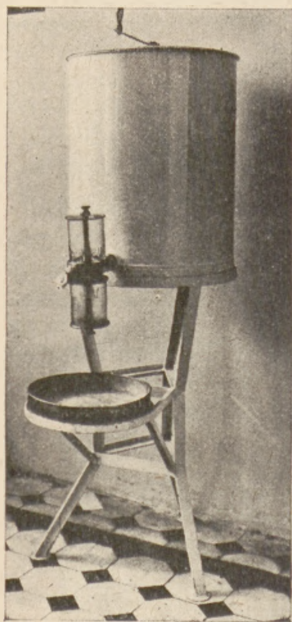
Do art. na str. 240.
Higjeniczne opakowanie chleba stosują już niektóre piekarnie w kraju (Z wystawy aprowizacyjnej Związku Pań Domu w Warszawie w 1933 r.).

Z higjeny aprowizacji miast.

Leon Władysław Biegeleisen — „Polityka Gospodarczo-Aprowizacyjna Miast Polskich", Warszawa 1935, Prace Tow. dla Polityki i Administracji Gospodarczej.

Na wstępie książki autor pisze: „Zaopatrzenie ludności w artykuły pierwszej potrzeby, przedewszystkiem w główne środki żywności, wraz z regulacją cen, były oddawna jednem z zasadniczych zadań gospodarczych gminy. Specjalne trudności nasunąć musiała kwestja aprowizacji i regulacji cen w stolicach i wielkich miastach, które, ściągając ludność przypływową z całego kraju i niejednokrotnie z zagranicy, musiały zapewnić ustawicznie rosnącej ludności normalne warunki aprowizacyjne i ochronę przed spekulacją oraz fałszowaniem środków żywności".

Książka przytacza bardzo ciekawe dane z praktyki aprowizacyjnej dwóch miast polskich, „które miały do czynienia z wyjątkowo nieuregulowanemi i wręcz patologicznemi stosunkami obrotu środkami żywnościowemi" — Warszawy i Lwowa. Pisząc o działalności miejskich placówek aprowizacyjnych, autor kładzie nacisk na konieczność współdziałania z organizacjami społecznemi, reprezentującemi interesy spożywców; na pierwszem miejscu stawia tu Związek Pań Domu. Godne zanotowania jest spostrzeżenie autora, iż „coraz bardziej uświadomiony odbiorca domaga się standaryzowanych miejskich artykułów, jakościowo poręczonych, w rodzaju chleba, mleka i t. d.".



Automatyczny zbiornik do sprzedaży mleka niebutelkowanego. Podstawa żelazna biało emaljowana, takiż zbiornik. Przy kranie szczelne naczynia szklane do odmierzania mleka.

Sosnowiec niewątpliwie należy do miast, najbardziej zaniedbanym pod względem higjenicznym. To też nowopowstały w tem mieście oddział Towarzystwa Higjenicznego ma przed sobą ogrom pracy. Na wstępie Towarzystwo Hig. zainicjowało zwołanie konferencji pod hasłem „Walka o dobre produkty żywnościowe"; konferencja odbyła się pod protektoratem Izby Przemysłowo-Handlowej, której prezydjum i dyrekcja wzięły w niej udział i zgromadziła przedstawicieli władz administracyjnych, państwowych i samorządowych, kupiectwa, producentów i konsumentów. Zebraniu przewodniczyła p. Krajewska, przewodnicząca oddziału Z. P. D. Po referacie jednej z członkiń Związku wywiązała się bardzo ciekawa dyskusja, w wyniku której uchwalono utworzyć wspólny front do walki o dobre artykuły żywnościowe.

h. m.

Pożądane ulepszenie w dziedzinie gospodarstwa domowego

Wszelkiego rodzaju noże i widelce ze stali nierdzewnej

Jednem z takich nieocenionych ulepszeń jest zastosowanie stali nierdzewnej do wyrobu wszelkiego rodzaju noży i widelców. Mają one bowiem nietylko tę przewagę nad używanemi dotąd wyrobami ze stali rdzewnej, że nie czernieją pod działaniem wilgoci i kwasów jadalnych jak cytryna, ocet, owoce i t. p., lecz nie zmieniają w najmniejszym nawet stopniu smaku potraw i nie przyjmują żadnych specyficznych zapachów. Są więc przyjemne, czyste i niekłopotliwe w użyciu. Naskutek tych swoich właściwości oszczędzają nam czyszczenia, tak nieodzownego, a jednocześnie tak uciążliwego i zajmującego tak wiele czasu przy posiłkowaniu się wyrobami rdzewiejącemi. Przeciwnie — czyszczenie sztućcy nierdzewnych jest zupełnie zbędne, wystarczy obetrzeć je z resztek jedzenia i opłókać w letniej wodzie.

Uwzględniając zatem ogromną przewagę, jaką mają widelce i noże ze stali nierdzewnej, wskazane byłoby, aby panie przy zakupach żądały już tylko wyrobów nierdzewnych znanej marki „G e r l a c h", biorąc pod uwagę i to, że artykuły te wyrabiane są w kraju, z surowca krajowego i w niczem nie ustępują odpowiednim wyrobom zagranicznym.

Kłopoty z dziećmi

Dzieci w życiu rodzinnem są zawsze wielką radością. Dom bez nich jest dziwnie pusty i głuchy.

Ale każda, najbardziej w dzieciach swych zakochana matka przyzna, że jednak obecność tych małych satrapów do ułatwienia życia w niczem się nie przyczynia. Wszystkie matki, nadługo jeszcze przed przyjściem na świat swych upragnionych pociech, powinny tak przemyśleć i zorganizować warunki swej codziennej egzystencji, aby dziecko znalazło w niej odrazu właściwy sobie przydział.

Każdy początek jest trudny.

Bezwątpienia, dziecko do roku jest dla matki największym kłopotem. Chociażby dlatego, że z pobudek uczuciowych drży się ciągle o jego istnienie i że się ze smutkiem stwierdza na każdym kroku brak elementarnego przygotowania do macierzyństwa.

Początkowo ideałem każdej matki jest możność niespuszczania z oczu ani na chwilę drogiej istotki. Dzięki temu cały dom wraz z młodą mamusią zaczyna wirować wokół noworodka.

Ale życie jest nieubłagane w swych konsekwencjach i twardo poucza zapomocą wynikających komplikacyj, że obrana metoda postępowania jest wadliwa. Dom rodzinny — to duża i precyzyjna machina. Poszczególne kółka muszą w niej chodzić sprawnie i sprężyście. I dlatego domagają się właściwego sobie uruchamiania i konserwacji.

Do należytego zorganizowania rytmu danego domu i sharmonizowania życia domowników danego środowiska, potrzebna jest poza szeregiem innych umiejętności i zalet osobistych pani domu — umiejętność organizacji pracy! Zdobyte i przyswojone podstawy organizacji pracy pozwolą dopiero kobiecie na należyte zawiadywanie przyjętemi na siebie obowiązkami, a nie na cierpiętnicze zdanie się na łaskę i niełaskę ich przypadkowości.

Dzisiejsze warunki postępu technicznego idą kobiecie niesłychanie na rękę. Ma ona na swych usługach nietylko wyeksperymentowane zdobycze metodyczne, ale też i szeregi urządzeń technicznych. Wystarczy tylko wyciągnąć rękę, by się niemi posiłkować... umiejętnie.

Bo umiejętność korzystania z udogodnień technicznych trzeba zdobyć samej. Bez tego przedmiot najcenniejszy wyda nam się bezwartościowym rupieciem lub też źródłem wiecznie groźnego, a nieustalonego w granicach niebezpieczeństwa.

Pierwszym warunkiem normalnego rozwoju dziecka jest najdalej posunięta higjena i aseptyka. Najlepszymi sprzymierzeńcami do spełniania dokładnego tych nakazów są właśnie przyrządy spirytusowe. Szybko następujące po sobie godziny karmienia dziecka, ciągłe wygotowywanie w związku z tem buteleczek, smoczków, grzanie mleka, rumianku, wreszcie wody w różnych porach dnia, a nawet nocy; pozatem tysiączne zabiegi higjeniczne, nieodzowne przy pielęgnowaniu zarówno niemowlęcia, jak i dziecka starszego, wymagają łatwo osiągalnego i nieustannego źródła ciepła. Niezastąpione usługi oddać tu może zwykła kuchenka spirytusowa „Emes", która doskonale rozwiązuje i tę trudność, jaką nasuwa często brak niani, czy pielęgniarki. W tych warunkach nieustanna obecność matki przy niemowlęciu jest konieczna. A czy dałaby się osiągnąć przy słusznej chęci sumiennego wypełniania wszelkich posług niezbędnych dla niemowlęcia, gdyby po każdą przygrzaną lub przyrządzoną drobnostkę biegało się do płyty kuchennej?

Kuchenka „Emes" obecności swej w pokoju dziecka nie akceptuje niczem innem, prócz — wygody. Pali się bowiem cicho, bezwonnie i nie nagrzewa nadmiernie wokół siebie powietrza. A więc temsamem dostosowana jest do poziomu najwyższych wymagań higjeny. Przytem łatwo przenośna — nadaje się, jako sprzęt do podróży. A jakie usługi oddać może właśnie przy zmianie codziennych warunków życia, a co zatem idzie i odżywiania dziecka?

Przy corocznych wyjazdach na kurację, specjalne zalecenia dietetyczne lekarza stają się osiągalne jedynie dzięki kuchence „Emes", na której przygotowanie posiłku dla dziecka nie przedstawia najmniejszej trudności.

Posiłkując się kuchenką „Emes" osiągamy najlepsze rozwikłanie trudności, jakie nasuwa konieczność nieustannej pieczy nad dzieckiem i potrzeba zapewnienia mu najlepszych i najhigjeniczniejszych warunków życia.

M. A.

Cebula, czosnek i inne odmiany tego gatunku

Cebula i czosnek *) w polskiej kuchni odgrywają rolę przypraw i jako takim niesłusznie przypisujemy im małe znaczenie. Niesłusznie już choćby tylko z tego względu, że nawet nie wnikając głębiej w ich wartość pokarmową wiemy, że podnoszą one smak wielu potraw, które bez dodatku cebuli nie są do pomyślenia. Ten wybitny aromat cebula i czosnek zawdzięczają łatwo ulatniającym się olejkom eterycznym. Ponieważ sprawa wartości smakowej potraw i ich urozmaicenie ma duże znaczenie w dietetyce, więc i rola cebuli i czosnku pod tym względem bynajmniej nie jest poślednia. Nie do tego jednak ogranicza się znaczenie omawianych jarzyn.

Cebula i czosnek należą do rodziny Liljowatych, które wcale nie gromadzą zapasów pokarmowych pod postacią skrobi, lecz wyłącznie tylko pod postacią cukrów, stąd duża zawartość procentowa cukru w tych jarzynach. Cebula zawiera 9,4%, czosnek 26,3% cukru. Jak wiadomo, cukier ogrzany do pewnej temperatury zamienia się na karmel, co znajduje też zastosowanie przy przyrządzaniu cebuli i w gospodarstwie nazywa się rumienieniem cebuli. W Polsce niema zwyczaju rumienienia czosnku, jest to jednak zupełnie możliwe i stosowane w ludowej kuchni francuskiej. Rumienienie cebuli zazwyczaj uskutecznia się w rozgrzanym tłuszczu, można jednak zrumienić ją bez tłuszczu, kładąc przekrojem na rozgrzanej płycie kuchennej. Ponieważ rumienienie polega na częściowem zwęgleniu cukru, przyczem z cebuli uchodzi dużo wody, witaminy ulegają mniej lub więcej daleko posuniętemu rozkładowi a olejki eteryczne ulatniają się,— rumieniona cebula ma dużo mniejszą wartość od surowej i jest trudniej strawna.

Cebula surowa zawiera dość znaczne ilości witaminy B i C, czosnek zaś ma w równej ilości witaminę A, B i C. Zauważyć jednak należy, że cebula po dwudziestu minutach ogrzewania traci ⅓ część wartości witaminowej, gdyż, jak wiadomo, witaminy B i C są wrażliwe na działanie wyższej temperatury.

Rozpowszechnienie w Polsce surowej cebuli, jako dodatku do innych potraw, zwłaszcza do surówek, jest zbyt małe. Najczęściej znajduje zastosowanie do śledzia i surówki z pomidorów, należałoby je jednak rozszerzyć i na inne sałaty. Również rzadko spotykamy się z użyciem cebuli zielonej, t. j. pędu nadziemnego cebuli (Allium cepa). Ukazuje się ona wczesną wiosną i powinna być spożywana na surowo. Wymieszana z gęstą kwaśną śmietaną lub serem rozrobionym śmietaną, stanowi pożywny dodatek do chleba lub młodych ziemniaków. Oprócz tych samych składników, które posiada podziemna część cebuli, przynosi także i witaminę A, oraz tak konieczny w naszem pożywieniu chlorofil. To samo odnosi się do szczypiorku, będącego również odmianą gatunku Allium. Szczypiorek też może służyć do posypywania niektórych jarzyn po przyrządzeniu i pod tym względem może zastępować koperek lub pietruszkę. Również może zamiast cebuli służyć do sałat.

Zbyt mało też uwzględniamy w naszej kuchni czosnek i pory. Spożycie czosnku możnaby podnieść przez przyrządzanie chleba z czosnkiem. Chleb cienko pokrajany i lekko zrumieniony w piekarniku naciera się czosnkiem i smaruje świeżem masłem. Tak przygotowany chleb jest wysoko wartościowym dodatkiem do herbaty. Ma on tem większą wartość, że czosnek ma już dziś powszechnie uznane znaczenie lecznicze, jako jeden z najskuteczniejszych środków przeciw sklerozie.

Pory stanowią również odmianę gatunku czosnku i też z dużą korzyścią dla sprawy żywienia powinny znaleźć szersze zastosowanie w naszej kuchni. Drobno pokrajane powinny stanowić składnik surówek i zastępować w nich czasem cebulę, od której odznaczają się delikatniejszym smakiem. Pory surowe mogą też stanowić odrębny rodzaj surówki, która powinna być podprawiona kwasami, podobnie do innych sałat. Ugotowane w małej ilości wody i podprawione zasmażką złotą z dodatkiem soku z cytryny stanowią smaczną jarzynę.

Zofja Czerny.

*) Cebula i czosnek stanowią dwie odmiany gatunku Allium — Czosnek.

JADŁOSPISY

I. *Obiad.* Barszcz czysty ogórkowy ze słonemi paluszkami. Kurczęta pieczone, garnirowane jarzynami. Surówka z gruszek, winogron i bananów.

Kolacja. Sałata z pomidorów w sosie ze śmietany i musztardy, chleb razowy z masłem, herbata.

II. *Obiad.* Zupa z maślaków z kostką z kaszy. Kalafiory z wody. Wieprzowina w jarzynach (1). Kisiel z surowych jabłek (2).

Kolacja. Sałata zielona ze śmietaną i jajami, knedle.

III. *Obiad.* Zupa jarzynowa z grzankami. Borowiki ze śmietaną w muszelkach. Pierożki z kapustą i serem. Suflet z jabłek z sokiem owocowym.

Kolacja. Ogórki nadziewane w sosie zasmażanym, ziemniaki albo: marchew z kalarepą i grzanki smażone.

IV. *Obiad.* Zupa pomidorowa z ryżem. Budyń ze szpinaku z masłem musztardowem. Naleśniki śmietanowe.

Kolacja. Ziemniaki po szwajcarsku w sosie śmietanowym. Napój ze śliwek.

Z. Czerny.

PRZEPISY (proporcje na 4 osoby).

(1) Wieprzowina w jarzynach.

75 dkg jarzyn mieszanych	2 dkg mąki, sól pieprz
10 dkg namoczonego grochu	5 dkg świeżego sadła
3 dkg cebuli	2 dkg mąki
40 dkg wieprzowiny od szynki	1 łyżka powideł pomid.

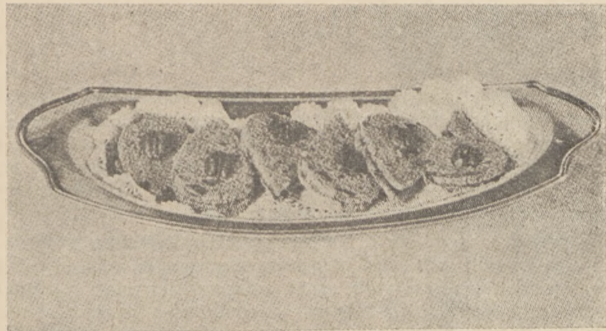
Groch namoczyć poprzedniego dnia w zimnej przegotowanej wodzie; opłókać jarzyny, oczyścić, zetrzeć na tarce, wymieszac z grochem; mięso opłókać, podzielić na części, zbić, posolić, oprószyć mąką, osmażyć na tłuszczu. Układać w rondlu warstwami jarzyny i mięso, zalać małą ilością wody i tłuszczu do smażenia i gotować na niezbyt silnym ogniu do miękkości. Do śmietany włożyć pomidory, zalać tem jarzyny i wymieszać. Wyłożyć na okrągły półmisek, posypać zielonym koperkiem. Podawać z czarnym chlebem lub ziemniakami.

(przepis przywieziony przez p. Kańską).

(2) Kisiel z surowych jabłek.

60 dkg jabłek	skórka cytrynowa
5 dkg mąki ziemniaczanej	8 dkg cukru

Aromatyczne jabłka opłókać, obrać, zetrzeć na tarze, dopełnić wodą do ½ litra objętości, podgrzać. Mąkę ziemniaczaną rozmieszać z ¼ litra wody, wlać do jabłek, mieszając zagotować i odstawić. Dodać cukru, otartą skórkę z cytryny, wyłożyć do szklanej kompotjery i zastudzić. Podawać z sokami owocowemi, rozrzedzonemi wodą.



Na przyjęcie

Kanapki angielskie.

Kanapki z sałatą.

Liście sałaty umyć i starannie obsuszyć na czystej ścierce. Ułożyć między 2 cienkie nasmarowane masłem kawałki chleba, dodać po łyżeczce majonezu, przycisnąć, pokrajać na równe kawałki.

Kanapki z jajami.

Posiekać białka z jaj ugotowanych na twardo. Przetrzeć żółtka przez praskę do przecierania ziemniaków lub przez sito. Osolić, ułożyć rzędami żółtko i białko na posmarowanych kromkach chleba. Ubrać majonezem z wierzchu ew. w środku. Pokrajać na równe kawałki.

Kanapki z serem i orzechami.

Pomieszać w równych częściach posiekane orzechy włoskie i utarty ser „Gruvere" lub inny. Osolić, dodać majonezu. Przełożyć tą masą cienkie kromki chleba z masłem. Pokrajać na równe kawałki.

Na ilustracji widzimy tartinki z chleba smarowanego masłem i przełożonego warstwą mielonych orzechów. Na wierzchu połówka włoskiego orzecha.

Uwaga. Przy krajaniu chleba na kanapki trzeba skórkę obetrzeć na tarce albo okrajać nożem.

M. Morzkowska

Szwedzkie przekąski.

Kraje północne słyną z pomysłowych i smacznych przekąsek, które w każdem z nich w inny sposób są podawane.

W Danji będą to cieniutkie jak papier krajanki razowego chleba, z których każda przybrana jest inaczej: serem, wędliną, pomidorami, jajkami i t. p. W Szwecji przekąski podawne są na wąskich, długich tackach porcelanowych, podzielonych na 5 działek, przybranych bardzo apetycznie drobniutkiemi, aromatycznemi listkami rzerzuchy.

Codzień podawane są inne przekąski, ale ugrupowanie ich jest zawsze jednakowe. Tak np. środkowa działka tacy zawiera zawsze sałatkę majonezową, ale skład jej jest różny. Raz będzie to seler gotowany, pokrajany na dość grube kawałki, albo dobrze wybielone liście porów, mieszana fasolka z ziemniakiem i jajkiem, albo bielone liście selerowe, wreszcie pomidory. Sałatka zaprawiona jest suto gęstym majonezem, ułożona na świeżym liściu sałaty i posypana rzerzuchą.

Sąsiednią działkę zajmuje plasterek pasztetu, obłożonego słoninką i szpikowanego truflami, albo parę kawałków wędzonej polędwicy. Z drugiej strony leży ładnie karbowane masło obok ser w dwóch albo trzech gatunkach i wreszcie na końcu jakieś ostre rybki: śledzie, serdele i t. p.

Na oddzielnej małej salaterce podawane są zawsze dwa ziemniaki z wody, a na talerzu trzy gatunki chleba, z których suchary szwedzkie cieszą się największem powodzeniem.

Trzeba przyznać, że tak podawane przekąski wyglądają niezmiernie pociągająco, ale przygotowanie ich dla większej liczby osób wymaga dużej wprawy i odpowiedniej ilości tacek.

Dobrą stroną takich przekąsek jest możność zużytkowania sezonowych produktów i podania ich w sposób pomysłowy, estetyczny i urozmaicony.

M. Karczewska.

Na zimę

Musztarda z jabłek lub gruszek.

½ kg kwaskowych jabłek	2 dkg cukru, 2 dkg soli
5 dkg żółtej gorczycy w proszku	Ocet i korzenie

Jabłka dobrze upiec i — póki gorące — obrać ze skórki, a następnie przetrzeć przez sito. Wsypać do tego gorczycę, sól i cukier. Następnie dolać tyle przegotowanego z korzeniami i ostudzonego octu, aby masa wymieszana miała gęstość kaszki ugotowanej na rzadko.

Musztardę tę układać w słoiki, które należy zakorkować szczelnie lub zalać pechem czy parafiną.

Zamiast jabłek można wziąć na tę musztardę dojrzałe gruszki, ugotować je na miękko w małej ilości wody, wyłożyć na sito, a gdy ociekną, obrać i przetrzeć przez sito. Wymieszać z dodatkami tak, jak jabłka i tak samo przechowywać.

Musztarda z jabłek może w zimie służyć jako bardzo smaczny i oryginalny dodatek do zimnych mięs.

H. Lutostańska.

Dżem z zielonych pomidorów.

2 kg pomidorów	1 cytryna
75 dkg cukru na każdy kg przecieru	6 gorzkich migdałów

Wygotować maszynkę do mięsa w wodzie z solą, opłókać ciepłą wodą, sparzyć i złożyć. Pomidory opłókać, przepuścić przez maszynkę do mięsa, włożyć do zupełnie czystego garnka (najlepiej kamiennego) i gotować na wolnym ogniu, odparowując do pierwotnej objętości. Masę przetrzeć przez sito, zważyć; odważyć cukier według przepisu. Cytrynę opłókać, pokrajać wraz ze skórką w cienkie talarki, odrzucić pestki. Migdały sparzyć, bardzo drobno posiekać. Do przecieru z pomidorów dodać cukier, cytrynę, migdały i smażyć na wolnym ogniu tak długo, aż marmelada będzie spadała z łyżki kawałkami. Po usmażeniu ostudzić, złożyć do słoja, zawiązać papierem pergaminowym.

Zimowa sałatka z zielonych pomidorów.

5 kg zielonych pomidorów	10 goździków
½ kg białej cebuli, sól	10 liści bobkowych
4½ litra octu z wodą	20 ziarn ang. ziela
75 dkg cukru	1 łyżka gorczycy
	2 owoce czerwonej papryki

Opłókane pomidory i obraną cebulę pokrajać w cienkie talarki, wymieszać, przesypując solą, lekko obciążyć i pozostawić na noc w chłodzie.

Przegotować ocet, dodać tyle wody, aby płyn nie był zbyt kwaśny, i przestudzić. Pomidory odsączyć z soku, zalać ciepłym octem i pozostawić na 12 godzin w zimnej śpiżarni. Zagotować 3 litry wody, dodając octu do smaku, dodać cukier i przyprawy, wymieszać z pomidorami i gotować na wolnym ogniu, dopóki pomidory nie zmiękną. Paprykę pokrajać jak drobny makaron. Gdy pomidory ostygną, złożyć do słoja, przekładając papryką, zalać octem, w którym się gotowały, słój owiązać papierem pergaminowym.

Zofja Czerny.

ZWIĄZEK PAŃ DOMU.

Z KOMISJI PROPAGANDOWO-ORGANIZACYJNEJ.

W myśl decyzji ostatniego Zjazdu delegatek Związku Pań Domu w Krakowie, że delegatka Zarządu Głównego objechać ma w ciągu roku wszystkie Oddziały Z.P.D. — p. Ładzina, przewodnicząca Komisji propagandowo-organizacyjnej, odwiedziła wszystkie oddziały Z.P.D. wzdłuż linji kolejowej Warszawa — Gdynia. Pozatem wygłosiła w większych miastach Pomorza szereg odczytów o konieczności racjonalnego prowadzenia gospodarstwa domowego. Rezultatem tej akcji było zawiązanie czterech Oddziałów Związku Pań Domu: w Płocku, Inowrocławiu, Gdyni i Wejherowie, oraz duże zainteresowanie sprawą nowoczesnego prowadzenia gospodarstwa domowego w innych miastach.

PRACA W ODDZIAŁACH.

Oddział w Krakowie. W ciągu 2 miesięcy przedwakacyjnych odbyły się 3 zebrania Zarządu i 2 członkowskie z referatami p. Zofji Jurowej: „Sprawozdanie zjazdowe ze szczególnem omówieniem referatów" i p. dr. Peterowej „Gospodarstwo domowe jako zawód i powołanie".

Sekcja Kursowa w maju zakończyła dwa równoległe kursy gotowania dla Stow. Młodych Polek i przeprowadziła kurs trykotarstwa oraz kurs gotowania dla członkiń trzech drużyn strzeleckich. Był to ostatni kurs przeprowadzony z subwencji udzielonej Oddziałowi Krakowskiemu na okres roku szkolnego 1934/35. Ogółem z subwencji tej przeprowadzono wciągu tego czasokresu 15 kursów 10-lekcjowych gotowania i kalkulacji dla całego szeregu różnych związków i stowarzyszeń.

Ponadto przeprowadzono w ciągu maja i czerwca 6 pokazów kulinarnych: Zimne leguminy; Zimne przyjęcia przy brydżu; Ciasteczka wakacyjne; Potrawy ze szparagów; Wiosenny zimny bufet; Prawdziwe angielskie dżemy.

Sekcja Towarzyska urządziła w maju cztery, w czerwcu dwa zebrania towarzyskie z następującemi prelekcjami: p. H. Horoszkiewiczowa — Jak sobie wyobrażamy wzorowego męża; p. H. Krzetuska — W pracowni Olgi Boznańskiej; red. Bajsarowicz — Temat Aktualny; p. Ordyńska — O modzie; p. H. Krzetuska — Kryzys Feminizmu; red. Bajsarowicz — Trudne położenie kobiet pracujących zawodowo.

Ponadto urządzono wspólne zwiedzanie muzeum Czartoryskich z udziałem 28 pań, oraz wycieczkę na Sowiniec, w celu wzięcia udziału w sypaniu kopca ku czci Marszałka Piłsudskiego, przy udziale 56 pań.

Sekcja Służby domowej urządziła nast. pokazy: Mięsa na prędce; Racjonalne zużytkowanie resztek z obiadu; Jarska kuchnia z nowalji; Wykwintne zimne leguminy; Gorące leguminy.

Sekcja Czytelni i Bibljoteki przy stale wzrastającem zainteresowaniu staje się samowystarczalna i wydatki połączone z prenumeratą pism i zakupnem książek pokrywa z własnych dochodów.

Sekcja Kół Dzielnicowych przekształcona uchwałą Zarządu Głównego na Sekcję Świetlicową przeprowadziła w maju i czerwcu 4 zebrania w dzielnicy Czarna Wieś z prelekcjami na temat higjeny, odżywiania i wychowania dziecka, ponadto rozdano przepisy kulinarne, zawsze rozchwytywane.

W maju panie z Sekcji odczytowej miały dwie pogadanki w Stow. Rodzin Rezerwistów i Związku Inwalidów.

Nowy Oddział w Płocku. 16 września 1935 roku po referacie propagandowo - informacyjnym p. W. Ładziny z Warszawy, grono, kilkunastu pań, uznając pożyteczność Związku Pań Domu na terenie Płocka zawiązało Oddział Związku, powołując czasowo na przewodniczącą p. E. Mayznerową, a na sekretarkę p. W. Luxemburgową. Panie te zajmą się zorganizowaniem liczniejszego zebrania, na którem ukonstytuuje się Zarząd Oddziału. Tymczasowy adres Oddziału: Płock, ul. 3-go maja 5.

Oddział w Sosnowcu. Na miesięcznem zebraniu w kwietniu delegatka na Zjazd zdała sprawozdanie z IV Zjazdu Delegatek w Krakowie oraz zakomunikowała wnioski i uchwały Zjazdu. Następnie instruktorka przeszkolenia wojskowego zreferowała sprawę przeszkolenia służby domowej do obrony kraju. Przeprowadzono również pokaz pieczenia ciast w piekarniku elektrycznym.

Dnia 12. V. 1935 został otwarty przez starostę p. Boszę przy współudziale władz samorządowych i instytucyj przem. i handlowych pokaz *„Len w każdym domu"*, urządzony staraniem Związku Pań Domu Oddziału w Sosnowcu, pod protektoratem Izby Przem.-Handl. Pokaz miał charakter dydaktyczny i artystyczny. Izba Rolnicza Kielecka przysłała szereg warsztatów i sprzętów potrzebnych przy przeróbce lnu w przemyśle chałupniczym, wykresy, tablice informacyjne i t. p. Tkaniny lniane z warsztatów tkackich chałupniczych wsi Komarne pod Lwowem cieszyły się wielkiem uznaniem, jak również wyroby wileńskie. Zachwycały oko artystyczne tkaniny, kilimy, poduszki p. Łaszyckiej oraz dywany z konopi p. Łaszkiewiczowej. W pokazie wzięło udział kilkanaście szkół przemysłowych z Warszawy, Katowic, Sosnowca, Zakopanego, Rybnika i t. d., przysyłając eksponaty, wykonane z lnu, pierwszej potrzeby, jak i roboty artystyczne. Przez czas trwania pokazu czynny był bufet, urządzony staraniem członkiń Z. P. D. Pokaz zwiedziło 3.860 osób w czem 1.300 dorosłych, reszta szkoły i młodzież. Trud urządzenia pokazu oraz całą odpowiedzialność wzięła na siebie p. Julja Krajewska, przewodnicząca miejscowego Oddziału Z. P. D. przy pomocy Zarządu i chętnych do pracy członkiń.

Pokaz zaraz po otwarciu został zamknięty z powodu żałoby narodowej na przeciąg dwóch tygodni poczem został wznowiony na 2½ tygodnia.

Dnia 16 maja zostało zwołane Zebranie Nadzwyczajne Członkiń z powodu śmierci Marszałka Józefa Piłsudskiego. Przewodnicząca w przemówieniu swojem podkreśliła głęboką miłość Marszałka do Matki. Zebranie uczciło pamięć Marszałka i wysłało depeszę kondolencyjną do Dostojnej Wdowy i Córek.

Na czerwcowem zebraniu miesięcznem odczytano referat Izy Mandukowej „Do czego dążymy". Następnie p. Krajewska zdała sprawozdanie z pokazu „Len w każdym domu".

W tym czasie urządzono dwa kursy gotowania oraz czynna była dwa razy w tygodniu bibljoteka.

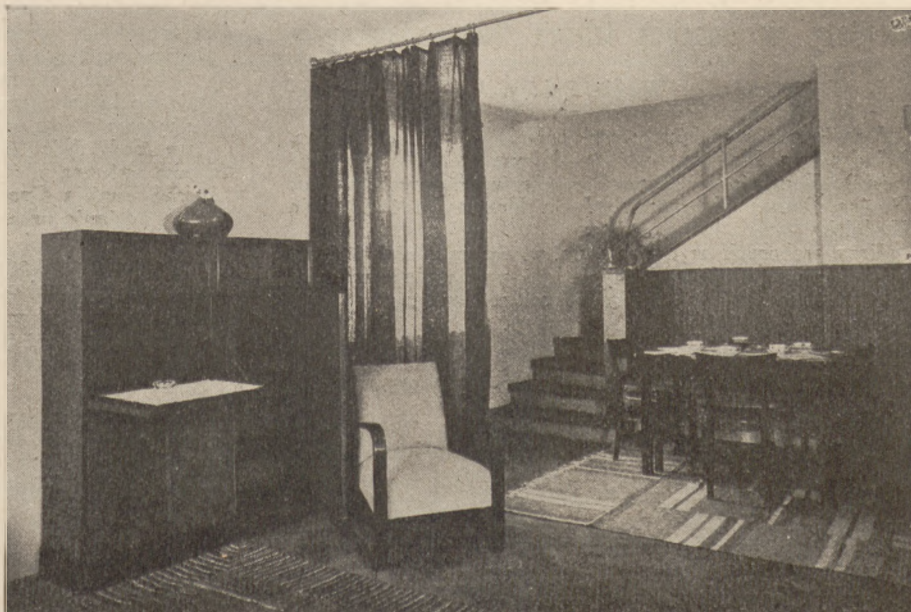
Oddział w Toruniu. W ciągu czerwca b. r. odbyły się pokazy i pogadanki na temat przyrządzania lodów, tortu (bez pieca), sandwiczy, migdałów w cukrze, t. zw. „paschy" wreszcie pieczeni baraniej. Wskazówek tych udzielały panie Kamińska i Chmielewska.

Oprócz tego p. Żukówna wygłosiła bardzo interesującą pogadankę „Uspołecznienie dzisiejszej kobiety w Polsce".

Urządzono dla pomocnic domowych pokaz prasowania sztywnej bielizny.

Członkinie zwiedziły ogród botaniczny oraz Zakład Doświadczalny Pomorskiej Izby Rolniczej w Kończewicach.

Zarząd miał 3 zebrania. Od dnia 1 lipca do 1 września w czasie wakacyj członkinie w każdą środę od 17 do 19 miały czytelnię pism w cukierni Smoleńskiego oraz w poniedziałki zebrania towarzyskie u p. Babikowej.



Obydwie ilustracje ukazują nam dwa fragmenty pokoju mieszkalnego (biurko-bibljoteka, fotele, kominek oraz część pokazana na okładce Nr. 10), połączonego ze stołowym (stół, ława, krzesła, dwustronna szafka-kredens).

Oddział w Warszawie. Poradnia gospodarcza czynna jest w poniedziałki i środy od godz. 12-ej do 14-ej. Fachowe informacje ze wszystkich działów racjonalnie prowadzonego gospodarstwa domowego. Członkiniom są udzielane krótkie porady bezpłatnie, osobom obcym za opłatą 50 gr. i wyżej zależnie od udzielonej porady.

Pokazy praktyczne jednorazowe z różnych dziedzin prac domowych, prania, sprzątania, zmywania i t. p. odbywają się w każdy piątek o godz. 12-ej we wzorowni Związku. Pokazy kulinarne — w każdą środę o godz. 18-ej.

Wydział Zakupów nabywa z pierwszej ręki od członkiń dla członkiń artykuły spożywcze i inne. Wydział Robót ręcznych prowadzi lekcje robót szydełkowych, na drutach, cerowanie obrusów, bielizny, haftu, artystycznych drobiazgów.

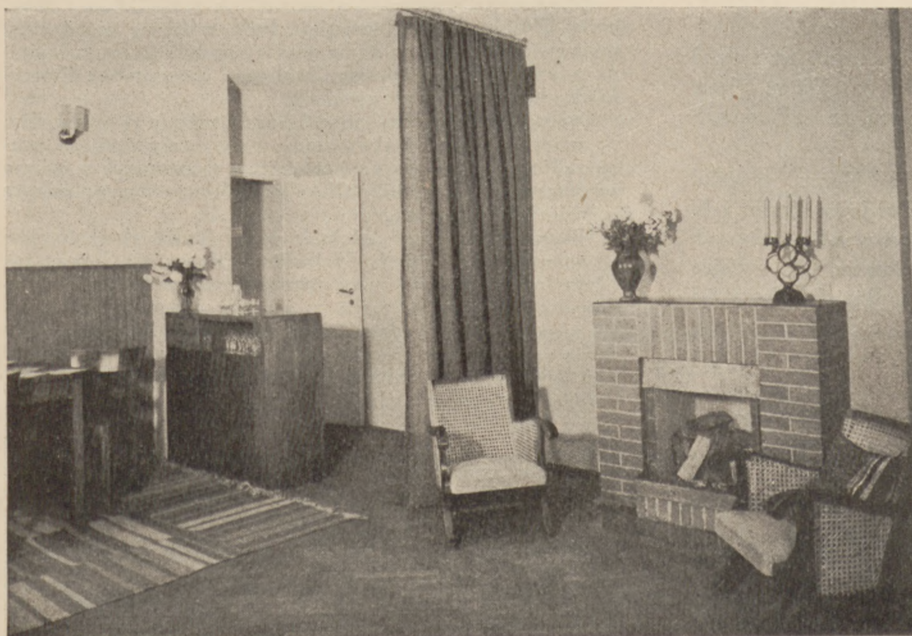
Wydział Klubowy urządza czwartki towarzyskie z brydżem i tańcami.

Wzorownia Związku otwarta jest codzień od godz. 11-ej do 14-ej, a w poniedziałki i środy również od 17-ej do 19-ej.

Bibljoteka i Czytelnia pism kobiecych i książek czynna w poniedziałki i środy od 12-ej do 14-ej.

W połowie października rozpoczyna się 20 lekcjowy kurs dla pań gospodarstwa domowego. W końcu października — 15 lekcjowy dla pracownic domowych. Biuro Związku przyjmuje zapisy na 6 lekcjowy kurs gospodarstwa domowego dla dzieci w wieku od 10 — 12 lat i na 2 lekcjowe kursy przystawek, przyjęć wykwintnych.

W dniu 8 listopada r. b. na zebraniu miesięcznem członkiń dr. Janina Kączkowska wygłosi odczyt „Badania psychotechniczne", a p. Ivanka Prażmowska wygłosi pogadankę z zakresu wychowania fizycznego i odbędzie się 10 minutowy pokaz ćwiczeń gimnastycznych dla kobiet.



Wnętrza te zaprojektował i wykonał Związek Pań Domu w Warszawie, pod kierunkiem p. Marji Chmieleńskiej, urządzając nowocześnie i racjonalnie jeden z domów na Wystawie Budowlanej Banku Gospodarstwa Krajowego na Kole pod Warszawą w lecie 1935 r.

Kobiety w naszych Izbach Ustawodawczych.

Do *Sejmu* weszły: Wanda Pełczyńska (Wilno) i Janina Prystorowa (Wileńszczyzna).

Do *Senatu* z wyboru weszły: Halina Jaroszewiczowa, Władysława Macieszyna i dr. Hanna Pohoska (zastępczyni). Z nominacji Pana Prezydenta Rzeczypospolitej: Regina Danysz-Fleszarowa, Julja Kratowska i Stefanja Kudelska.

Przy wyborach w Senacie na wicemarszałków i 6-ciu sekretarzy największą ilością głosów przeszła senatorka Halina Jaroszewiczowa jako sekretarz Senatu.

POGADANKI POLSKIEGO RADJA W DZIALE KOBIECYM.

Środa, 16 paźdz., godz. 12.15: M. Karczewska — Anna Jabłonowska — działaczka społeczna XVIII wieku.

Poniedziałek, 21 paźdz., godz. 17: Halina Mamelokowa Nasz klient — nasz pan (audycja z Katowic).

Środa, 23 paźdz. godz. 12.15: Irena Lisińska — Maglowanie i prasowanie bielizny (audycja ze Lwowa).

Poniedziałek 28 paźdz., godz. 17. Zofja Charszewska — Fantazje wieku dziecięcego.

Środa 30 paźdz., godz. 12.15: Hanna Koryzna — Kobieta skąpa i kobieta oszczędna.

Codziennie, prócz niedziel i świąt, *godz. 13.25:* Chwilka dla kobiet.

Uwaga: Zawiadamiamy Szanowne Czytelniczki, że z dniem 1 października b. r. Związek Pań Domu przestał redagować Chwilkę dla kobiet.

DO SŁUCHACZEK CHWILKI DLA KOBIET.

Redagując od czerwca 1933 roku Chwilkę dla kobiet, której początkowa nazwa brzmiała: Chwilka Gospodarstwa Domowego, później: Chwilka Pań Domu, Związek Pań Domu starał się o dostarczenie polskim gospodyniom wiadomości fachowych i aktualnych porad.

W czasie swej blisko 2 i pół roku trwającej pracy nad redakcją „Chwilki dla kobiet", Związek Pań Domu udzielał licznych odpowiedzi również pisemnie na indywidualne zapytania radjosłuchaczek.

Z dniem 1 października Związek Pań Domu przestał redagować „Chwilkę dla Kobiet" w Polskiem Radjo i tą drogą zwraca się do swoich dotychczasowych słuchaczek i słuchaczy *z serdecznem podziękowaniem za gorące słowa uznania*, które nadsyłali do Związku. Rzetelne korzyści czerpane z słuchania naszej Chwilki, o których mówią radjosłuchaczki, są prawdziwą nagrodą za odpowiedzialną pracę przy redagowaniu tej audycji.

ZWIĄZEK PAŃ DOMU
ZARZĄD GŁÓWNY

Wielki cykl odczytów radjowych „DYSKUTUJMY".

Dnia 16 października Polskie Radjo rozpoczyna wielki cykl odczytowy p. t. „Dyskutujmy". Odczyty te pomyślane są celem rozwoju i podniesienia kultury naszego życia towarzyskiego przez dostarczenie słuchaczom radja pierwszorzędnego i ciekawego materjału dyskusyjnego.

Cykl dzieli się na pewne grupy tematowe, które obejmują po kilka odczytów.

Program cyklu przedstawia się następująco:

we środę dnia 16 października o godz. 17.00 — pogadankę wstępną p. t. „Nasze zebrania dyskusyjne" wygłosi red. Emilja Grocholska. Następna pogadanka wygłoszona zostanie przez prof. Władysława Witwickiego dnia 23 października i poświęcona będzie technice dyskutowania. Te dwie pogadanki są niejako wprowadzeniem do dyskusji na temat odczytów radjowych.

Trzy dalsze odczyty obejmą cykl zagadnień p. t. „Człowiek w społeczeństwie". Wygłaszać je będzie popularny i ceniony prelegent, ukrywający się pod pseudonimem „Stary Doktór".

Dnia 30 października nadany będzie odczyt p. t. „Szary człowiek", zaś dnia 6 listopada — odczyt p. t. „Ciężki człowiek". W trzeciej pogadance z tej serji, która nadana zostanie 3 listopada — prelegent zsumuje plon dyskusyj.

Polskie Radjo wyda specjalną broszurę, która ułatwi orjentację w tym cyklu.

Plany muzyczne Polskiego Radja na sezon jesienno-zimowy.

Sezon jesienno-zimowy rozpoczyna się dnia 1 września i trwa do 1 marca 1936. Okres ten obiecuje radjosłuchaczom wiele nowości, reform, których potrzeba wprowadzenia wynikła z wieloletnich doświadczeń i starannych badań Polskiego Radja, wiele ciekawych imprez zarówno krajowych jak i zagranicznych.

Tak więc przedewszystkiem stara się Wydział Muzyczny o jaknajintensywniejsze podniesienie poziomu polskiego życia koncertowego, o wciągnięcie w pracę radjową najcenniejszych polskich sił wykonawczych i twórczych, o zachowanie drogocennego polskiego folkloru, zagrożonego falą muzyki tanecznej dancingowej, przebojów, które coraz silniej nacierają na polską wieś. Rozumie się, że praca w tym kierunku Polskiego Radja nie wpadnie w żadną jednostronność, że do głosu dojdzie — i to w bardzo silnym stopniu — dorobek kultury wielowiekowej krajów europejskich, a nawet pozaeuropejskich.

Zatrzymane zostaną na sezon jesienno-zimowy Koncerty Chopinowskie, lecz ujęte będą w formę nieco inną; mianowicie podawane będą one w porządku chronologicznym w łączności z życiem Chopina i uzupełnione literackiem słowem objaśniającem.

Cenną i ważną pracę na polu podniesienia naszej kultury muzycznej spełni stworzenie wzgl. zachęcenie do pracy radjowej istniejących już chórów mieszanych i śpiewu zespołowego. Znakomity Chór ks. Gieburowskiego odegra tu rolę bardzo ważną.

Niezmiernie ważny odcinek pracy kulturalnej to pielęgnowanie folkloru. Audycje które w sezonie letnim tak wielu ludziom uszy i oczy otworzyły na piękno pieśni ludowej zostaną zatrzymane w sezonie zimowym, choć będą nieco w czasie ograniczone (4 razy w tygodniu). Ponadto rozgłośnie regjonalne będą miały obowiązek czuwać nad swojemi regjonalnemi pieśniami, które w opracowaniu zachowującem jednak jaknajwierniej charakter właściwy pieśni, podane zostaną radjosłuchaczom.

Polskiej muzyce artystycznej poświęcone będą, obok koncertów chopinowskich liczne audycje instrumentalne i wokalne. Przedewszystkiem zatrzymane będą z sezonu letniego audycje pod tyt. „Nasze pieśni", poświęcone wyłącznie kompozytorom polskim, przyczem co dwa tygodnie nadawane będą pieśni wyłącznie Moniuszkowskie. Moniuszce poświęcony będzie szereg audycyj, oraz poczynione będą starania nadania bądź to z teatrów, bądź też ze studja cyklu oper tego wielkiego kompozytora.

Obok oper moniuszkowskich usłyszą radjosłuchacze szereg oper innych polskich kompozytorów, jak Grossmana, Kamieńskiego, Żeleńskiego, Paderewskiego i Joteyki.

Naturalnie zarówno dział muzyki kameralnej jak symfonicznej uwzględni w wysokiej mierze twórczości kompozytorów polskich zarówno epok ubiegłych jak i czasów współczesnych. Między innemi transmitowany będzie z Krakowa cykl koncertów historycznych muzyki Polskiej oraz z Warszawy utwory kompozytorów Polskich, nagrodzone na konkursie Towarzystwa Wydawniczego Muzyki Polskiej.

Audycje okolicznościowe.

Na rok 1935/36 przypada szereg jubileuszów kompozytorów polskich, które znajdą w Polskiem Radjo uroczyste i starannie uczczenie. Tak n. p. obchodziliśmy we wrześniu 50-lecie śmierci mało znanego, a tak wysoce utalentowanego kompozytora końca wieku XIX-go J. Zarębskiego, w październiku 86-tą rocznicę śmierci Chopina; w listopadzie 40-lecie śmierci Zarzyckiego nieprzeciętnej miary kompozytora, również stosunkowo mało znanego szerokim warstwom polskiej publiczności, w tym samym miesiącu 70-lecie chluby polskich pianistów i kompozytorów Paderewskiego; w związku ze Świętem Niepodległości organizuje Polskie Radjo szereg uroczystości także muzycznych. W grudniu 10-lecie śmierci żyjącego jeszcze w pamięci wielu spośród melomanów Statkowskiego; w styczniu 15-lecie śmierci Żeleńskiego, w lutym 126 rocznicę urodzin Chopina.

Służba Społeczna Pielęgniarki.

Ukazała się w tych dniach nakładem Zarządu Głównego Polskiego Czerwonego Krzyża ciekawa broszura prof. *Heleny Radlińskiej* p. t. *„Służba Społeczna Pielęgniarki“*.

Broszura ta zawiera szereg ciekawych pogadanek o podstawach psychologicznych i pedagogicznych pracy pielęgniarek, omawia istotę pracy społecznej, której pielęgniarka się poświęca, daje szereg praktycznych wskazówek, opartych o wieloletnie doświadczenie autorki, co do pracy pielęgniarki w szpitalu, sanatorjum, podczas wywiadów społecznych i t. p. Trudny i odpowiedzialny zawód pielęgniarki wymaga od niej ciągłego doskonalenia się, zarówno pod względem powiększania swych fachowych wiadomości, jak i rozwoju duchowego, wzbogacania umysłu i serca.

Życie wykazuje, że pielęgniarki biorą coraz większy udział w pracy społecznej; broszura prof. Heleny Radlińskiej będzie dla nich nieocenionym przewodnikiem, który odpowie na liczne, trudne nieraz pytania zwłaszcza, że nie każda pielęgniarka potrafi je sama rozwiązać.

Broszura ta powinna się więc znaleźć przedewszystkiem w rękach każdej naszej pielęgniarki. Przeczytać ją winna każda młoda kobieta i każda działaczka społeczna. Polecamy ją również młodym pannom i ich matkom, które przed zdecydowaniem wyboru zawodu chcą poznać obowiązki i warunki, w jakich pracuje prawdziwie oddana swemu zawodowi i wysoko stojąca moralnie pielęgniarka społeczna i szpitalna.

Cena za 1 egz. 50 groszy — przy detalicznej sprzedaży. Przy zamówieniach zbiorowych ustępstwo: 50 egz. — po 45 gr.; 100 — po 35 gr. Nabywać można: Zarząd Główny P. C. K. Warszawa, ul. Smolna 6, telefon 2-35-29; konto PKO Nr. 10540.

„Dom“ dla kobiet samotnych.

Czy znacie kobietę samotną? Nie tę, która, opierając się mocno o swoją pracę zawodową i wykształcenie, śmiało i z powodzeniem idzie przez życie. Nie tę, która młoda, piękna i pożądana, a skrupułami nieobciążona, z samotności swojej wysnuwa nić lekkiego żywota..., ale kobietę „samotną“, w pełnem tego słowa znaczeniu. Młoda czy stara, częściej stara niż młoda, chwieje się pośród rodzin i zgrupowań ludzkich, smutna, zdezorjentowana, bez oparcia i celu.

Dla takich kobiet pracuje Stowarzyszenie im. Wandy Malczewskiej, zawiązane przed kilku laty w celu niesienia pomocy inteligentnym samotnym kobietom pracującym, związanym jednym duchem, jednym ideałem. Narazie jedynem schroniskiem dla tych osób jest mieszkanie na ul. Marszałkowskiej 72 w Warszawie. Ale Stowarzyszenie marzy o „Domu“. I nietylko marzy, lecz całą siłą dąży do zdobycia go. Móc otworzyć zacnej, uczciwej, samotnej kobiecie *swój — Jej dom*. Dać jej pod tym dachem własnym atmosferę zdrowia, ciepła, ładu i serca. Ożywić w niej i w sobie zarazem najpiękniejsze myśli, ideały wspólne, wierne, a w ciężkiej samotnej doli może... zapomniane.

Słowem stworzyć dla kobiety samotnej — *dom rodzinny*. Oto gorąco umiłowany cel Stowarzyszenia, do którego realizacji wypadnie zapewne dążyć różnemi sposobami.

W projekcie jest hotel, czytelnia pism i książek.

Fundusze, oczywiście, narazie niewielkie: składki miesięczne członkiń, ofiary osób dobrej woli. W przyszłości zarysowują się kontury warsztatów pracy, biura pośrednictwa pracy i t. p.

Szukamy więc przyjaciół wśród ludzi dobrej woli i wielkiego serca. Prosimy o myśl zacną, o łaskawą pomoc, ofiarę lub pracę!

Zapisujcie się na członków „Domu im. bł. Wandy Malczewskiej“.

Adres Sekretarjatu: Warszawa, ul. Marszałkowska 72 m. 8. Zgłoszenia przyjmuje Przewodnicząca Stow. p. A. Jeziorańska.

Przedruk dozwolony za każdorazowem upoważnieniem Redakcji. **Rękopisów autorskich nie zwraca się.**
Za dział ogłoszeniowy Redakcja odpowiedzialności nie przyjmuje.

Cena pojedyńczego egzemplarza dwutygodnika „Pani Domu“: 70 groszy.

Warunki prenumeraty. W kraju rocznie zł. 12, półrocznie zł. 6, kwartalnie zł. 3. Zagranicą rocznie zł. 20. Dla członkiń Zw. Pań Domu rocznie zł. 10, półrocznie zł. 5, kwartalnie zł. 2.50.
Prenumerata zniżkowa uwzględniana będzie jedynie w wypadku podania N-ru legitymacji członkowskiej.
Konto czekowe w P. K. O.: Miesięcznik Pani Domu Nr. 7.740.
Zmiana adresu będzie uskuteczniana za opłatą gr. 50; konieczne jest wyraźne podawanie imienia i nazwiska oraz dokładnego dawnego i nowego adresu.
Numery okazowe wysyła się po nadesłaniu adresu i 50 gr. w znaczkach pocztowych.
Ceny ogłoszeń: cała strona zł 300.— 1/2 str. zł 170.— 1/4 str. zł 90.— 1/8 str. zł 50.— 1/16 str. zł 30.—
W tekście ceny o 50% wyższe.

Adres Redakcji i Administracji PANI DOMU: Warszawa, Nowy Świat 9, tel. 8-34-40.

Wydawca: Instytut Gosp. Domowego w osobie J. Huberowej. **Redaktorki:** Ludwika Bormann i Marya Romanowa.

5677. *DRUKARNIA GOSPODARCZA, WARSZAWA, WSPÓLNA 54. TEL. 8.84.12, 8.28.02.*

N o w o o t w o r z o n a
pracownia okryć damskich,
sukien i futer

„A R L E T T E"

Warszawa, Krucza 46, I piętro
t e l. 9.97-54.

Pracownia znajduje się pod kierownictwem pierwszorzędnych sił fachowych, absolwentów Academie de Coupe de Paris, Darroux, Napolitano.

Stały kontakt kierowników z zagranicą zapewnia Sz. Paniom **n o w o c z e s n y k r ó j i wykwintne wykonanie.**

C e n y n i s k i e.
Ostatnie modele już na r. 1936



SIWE WŁOSY rzadko kiedy zdobią, ale zawsze wskazują na zbliżającą się starość! Należy tego unikać. Trzeba młodo wyglądać, aby osiągnąć powodzenie w życiu.

Znany środek „ORIENTINE" przywraca siwym lub wyblakłym włosom pierwotny, zupełnie naturalny kolor, połysk i miękkość bez szkody dla zdrowia. Sposób użycia b. prosty nie wymaga obcej pomocy, a więc jest dyskretny i niedrogi.

Przy stosowaniu „ORIENTINE" można używać wszelkich kosmetyków jak również stosować trwałą ondulację.

Wszędzie do nabycia.

„PARFUMERIE d'ORIENT"
(R. O S T R O W S K I) Sp. Akc.

TO PRZESĄD,

że można dotrzeć do klijenteli prowincjonalnej nie ogłaszając się w dziennikach lokalnych.

Prowincja

posiada szereg wydawnictw, które łącząc wiadomości ogólne z lokalnemi — stają się nieodzowną lekturą dla mieszkańców prowincji.

Takiem wydawnictwem jest

„EXPRESS LUBELSKI i WOŁYŃSKI"

wielki, ilustrowany dziennik wychodzący w Lublinie od lat 13-tu.

NAJWYŻSZY NAKŁAD na terenie Województw: Lubelskiego i Wołyńskiego.

Bliższe informacje, egzemplarze okazowe, prospekty, kosztorysy ogłoszeń, wykazy i referencje dotychczasowych klijentów, odwiedziny akwizytorów — na każde żądanie.

Adres wydawnictwa:

Lublin, Kościuszki 8, tel. 23-60.

Informacje w Warszawie przez telefon 9-28-82.

B I U R O P O Ś R E D N I C T W A P R A C Y
Stowarzyszenia „S ł u ż b a O b y w a t e l s k a"

poleca

wykwalifikowane pracownice
z ukończoną szkołą zawodową, a mian.: **krawiecką, kupiecką, handlową i gospodarstwa domowego.**

A d r e s b i u r a: Warszawa, Mokotowska 6, telefon 845-27 od godziny 14 — 15 w środy.



KAŻDE
PRZYJĘCIE
UŚWIETNIA
KONIAK ARVINE

Roczniki pisma

Organizacja Gospodarstwa Domowego i Pani Domu

Rocznik z r.	1930 kompletny koszt.	zł 6,00
"	1930 bez Nr. 10 "	" 5,00
"	1931 kompletny "	" 6,00
"	1931 bez Nr. 1 i 2 "	" 5.00
"	1932 " " 1 "	" 6.00
"	1933 kompletny "	" 8.00
"	1934 " "	" 8,00

Zgłoszenia i należność prosimy kierować do Administracji miesięcznika **„PANI DOMU"**,

Warszawa, Nowy Świat 9

konto P. K. O. Nr. 7740.

(za przesyłkę pocztową dolicza się 50 gr.)